

الفصل التاسع

فى بيتنا مراهق

مقدمة

(لاعبه سبغاً، وأدبه سبغاً، وصادقه سبغاً، ثم اترك له الحبل على الغارب) هكذا سبق الرسول الكريم -صلى الله عليه وسلم- فى أمر التعامل مع المراهقة.. فالمراهقة مرحلة أقل ما توصف به أنها صدام وصراع، مأساة حقيقية، بل قد يعدها البعض كارثة محققة على رأس كل أب وأم.

هل أنت لصيق بولدك أو ابنتك فى سن المراهقة؟ متى كانت آخر جلسة جمعت بينكما فى حوار ودىّ وجميل من القلب للقلب؟ كثير من الآباء قد يقلل من أهمية هذا الدفاء الأسرى، ويرى أنه نوع من الترف الزائد عن الحد، إلا أن النتيجة لن تكون طبيعية، فأفراد الأسرة يشعرون بصعوبة فى الاقتراب من والديهم أو الالتصاق بهم، كما يشكون فى إمكانية الحوار معهم فيما يواجههم من مشكلات وضغوط، سواء فى حياتهم الدراسية أو النفسية أو الاجتماعية.

وعندما تنشأ المشكلات وتبدو على الأبناء سلوكيات لم تكن فى الحسبان يتسرع الآباء فى الحكم على أبنائهم، وتتسع بذلك المسافة أو الفجوة بين الطرفين، فيرى الآباء أن أبنائهم فى سن المراهقة يتضخم إحساسهم بذاتهم ويسرفون فى الشعور باختلاف الثقافة والميول بينهم وبين آبائهم.

آباء آخرون يرون أن الأفضل هو ترك أبنائهم يخوضون حياتهم بأنفسهم؛ لأن التدليل يحرم الأبناء من الاعتماد على النفس.

ويؤكد خبراء التربية على أنه لا يمكن الوصول بهذه المرحلة إلى بر الأمان دون تماسك وترابط أسرى عظيم، فالجو والبيئة الأسرية المحيطة بالفتيان والفتيات فى سن المراهقة لهما أكبر وأعظم الأثر على تحولاتهم النفسية فى هذه السن.

إنّ فالآباء والأبناء يعملون فى فريق واحد لتحقيق هدف مشترك، هو تخطى مرحلة التكوين بكل نجاح وإيجابية، فتحمّل الآباء جدال أبنائهم ومناقشاتهم المزعجة وحواراتهم ليس من قبيل إهدار الوقت أو العبء الزائد، الذى لا ينبغى إضافته على أعبائهم، بل هو الأساس لبناء ثقة متبادلة بين أطراف الفريق، وخلق توازن فى اهتمامات المراق، وإشباعه بخبرات والديه اللذين هما خير ناصحيه وأصدقائه فى تلك الفترة.

كما أنه من الضرورى تحلى الأم بأكبر قدر ممكن من الصبر وضبط النفس أثناء هذه المرحلة، فكل معضلات هذه المرحلة من الرغبة الجامحة المفاجئة للقاء الجنس الآخر، ومن تمرد على أسلوب الحياة بصفة عامة ورغبة فى إثبات الذات.. كلها معضلات لا سبيل للتعامل معها إلا بقدر كبير من التفهم لطبيعة هذه المرحلة.. الصبر وقبل هذا وذاك قدر عظيم جداً من الاحتواء".

وينصح الخبراء بضرورة فهم طبيعة هذه المرحلة ومتطلباتها حتى يمكن التعامل معها بصورة إيجابية، فالمراق يناقش القضايا مع والديه ومعلميه، ويجادلهم بعد أن كان مستسلماً مطيعاً فى طفولته، ينزع إلى الاستقلالية، ومحاولة الانفراد فى اتخاذ القرار، وقد لا يتقبل رأى الآخرين بسهولة، وربما يرفض توجيهاتهم ونصائحهم.

ويصحب ذلك انفعالات معينة، فغالباً ما يخاف المراق على ذاته ومستقبله، ويخشى احتمالات الفشل، كما أنه لا يستطيع التحكم فى انفعالاته، فهو إذا أحب أسرف وبالع، والعكس صحيح؛ فالمراقون يبالغون فى حبهم عندما يحبون وفى كراهيتهم عندما يكرهون.

وقد يصبح المراق فى بعض الأحيان ناقماً على الناس بل وعلى والديه؛ لحساسيته الشديدة من انتقاد الآخرين، وكثيراً ما يردد: "لا أحد يفهمنى"، "أنا أعلم

بحالى"، "أصحابى فقط هم الذين يفهموننى"، وقد ينطوى المراهق بعيداً عن المجتمع ويميل إلى الانطواء والوحدة.

ومن ناحية أخرى يميل المراهق إلى تحقيق الذات، وإثبات وجوده، وللأسف فإن كثيراً من الآباء والأمهات والمعلمين لا يهتمون بذلك، بل يتجهون إلى عدم الثقة بالمراهقين، وعدم الاطمئنان إلى ما يتولونه من أعمال، ويؤكدون ذلك بمنعهم من تحمل المسؤولية، وصرفهم إلى أعمال هامشية، وكثير من الآباء يفرغون أبناءهم للدراسة فقط، ولا يكلفونهم بأعمال ومهام تحقق ذاتيتهم، وتشعرهم بالمسؤولية، وبشئ من الاستقلالية، وتبرز شخصياتهم، وتصل قدراتهم الاجتماعية.

وهكذا قد يفشل الآباء والمعلمون فى تلبية احتياجات هذه المرحلة ويسببون استغلالها، مما قد يؤدي إلى انحراف المراهق أو ضياعه، أو إخفاقه فى حياته، وفى أقل الحالات إهدار طاقاته، فى حين نجد أن الإسلام قد كلف الإنسان بالتكاليف الشرعية فى سن البلوغ، وحمله المسؤولية عن نفسه فى عباداته ومعاملاته وتصرفاته المختلفة .

المراهقة ... قنبلة موقوتة

يقول أحد الآباء:

ابنتى التى تبلغ من العمر أربعة عشر عامًا بدأ يظهر عليها نوع من القلق المفرط، وترد على والديها بعصبية وقلق، وتحاول أن تتدخل فى كل الأمور.. ماذا أفعل معها؟

ولهذا الأب نقول:

إن ما تعاني منه ابنتك فى عامها الرابع عشر من قلق مفرط أمر طبيعى فى هذه المرحلة، فقد كبرت الفتاة التى كنت تدللها بالأمس، وصارت تطالب بحق الاحترام والاعتراف بها كناضجة تستطيع تحمل مسؤولية هذا النضج، ومن أهم الحقوق حق إبداء رأى الذى يؤكد إثبات الذات، واعتراف الكبار بخروجها من مرحلة الطفولة.

فى هذه المرحلة يتعرض المراهق/ المراهقة لنوع من تغيرات النمو البيولوجية داخله، فى الوقت الذى تتغير فيه نظرة المجتمع إليه باعتباره مراهقاً، ولم يعد يُنظر إليه كطفل، وبالتالي يبدأ المجتمع فى معاملته معاملة مختلفة، هذا من ناحية.

ومن ناحية أخرى أصبح واعياً ومدركاً للتغيرات التى تحدث له فى مرحلة المراهقة؛ لأن نمو الوعى والإحساس بالواقع وإدراكه أصبح موجوداً ومستقراً، بل يصل فى هذه المرحلة لقمته، كما يزداد الذكاء فى هذه المرحلة، فى الوقت الذى لم يكن الطفل ينتبه لتغيرات النمو التى تحدث له فى مراحل الطفولة المبكرة والمتأخرة.

وإذا كان هذا هو الحال بصفة عامة، فإن الفتاة أكثر إجباراً على إدراك هذا التغير عندما يدق مغص أيام الدورة الشهرية في جسدها أول مرة فجأة.

وفي ظل كل هذه المتغيرات المتلاحقة المباشرة تقع المراهقة تحت وطأة ضغط عصبى ونفسى رهيب، هو مزيج من القلق والاضطراب الذى لا دخل لها فيه لدرجة كبيرة، والذى يظهر فى صورة القلق والاضطراب وعدم الثبات على رأى أو ميل، ومحاولة التدخل فى كل الأمور.

ولكن كيف وبم نسلح لمواجهة هذا القلق الذى تعاني منه المراهقة كما فى حالة ابنتك؟

- بالتفهم الكامل لما تعاني منه وامتصاص غضبها؛ لأن هذه المرحلة هى مرحلة انفجار الغضب، مما يجعل المراهقة شخصاً سهل الاستثارة والغضب.
- ببناء جسر من الصداقة معها، والعمل على نقل الخبرات لها من الأم بلغة الصديقة والأخت لا لغة ولى الأمر، بأن تشرح لها التغيرات التى تحدث فى أعماقها وجسدها؛ لتزيل الحرج عن عالم الأسئلة الصعب الذى تواجهه ويمثل ضغطاً نفسياً عليها، ولأن هذه الصداقة هى الحماية الأولى لها من أى زلل أو تخبط غير محسوب.
- على الأم أن تعامل الفتاة كصديقة وأخت تتصت لها وتسمع بصبر شديد وتفهم وتقبل، وتناقش معها كل ما يخطر على بالها، تناقش أفكارها وكل ما تنقله عن الآخرين -كزميلات المدرسة والنادى والجيران- من أفكار.. وحتى الأفكار التى قد تبدو غريبة وشاذة -مهما كانت- بهدوء وصبر، بحيث تطمئن الفتاة إلى أمها وتصبح هى صديقتها الأولى ومستودع سرها، فتستطيع الأم فى هذه الحالة أن تنقل خبراتها للفتاة وتصحح مفاهيمها.

وخلصه القول: على الأم أن تكون نِعَم العون ونعم السند، ففى هذه المرحلة تصبح هى المسئولة الأولى عن شرح كل شئ للفتاة. و إلا فعالم الإنترنت فى تناول الجميع ولنتحمل النتائج.

المراهقة.. توجيه فوران البركان

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى فى عامها الرابع عشر، مشكلتها أنها عنيدة جداً، فهى ترفض ارتداء الحجاب مع أنه فرض لأمثالها، والحقيقة أن الله قد حباها بجمال رائع أخذ يبهر من يراها، وهو ما دفعنى لحثها على ارتداء الحجاب، مما زادها بالمقابل عناداً وإصراراً على عدم ارتدائه.

كما أنى لاحظت أنها تحب ارتداء الملابس الضيقة والقصيرة عند الخروج، وحينما نمنعها من هذا تصرخ وتمتنع عن الخروج وتلجأ إلى غرفتها، ومن الأشياء التى تضايقتنى فى ابنتى أنها تبتسم فى وجه بعض الشباب، رغم أننا أسرة محافظة، ولا نترك لها فرصة للقاء الشباب والحديث معهم.

أفيدونى وأرشدونى إلى الطريقة التى أعامل بها ابنتى كي تمشى على النهج القويم.

ولهذه الأم نقول:

أشرت إلى عمر ابنتك، وبداية المرحلة التى تغيرت معها، ولا بد أنك توصلت فى عقلك إلى مفهوم سن المراهقة التى تعتبر سناً مهماً فى تشكيل حياة الفرد، وتكوين صورة لمستقبله.

ولعلك قد قرأتِ وتعرفتِ على خصائص المراهق في هذه المرحلة، وأنه بلا شك من خصائصه الانفعال السريع والحساسية والاعتداد بالنفس، وكل من يعارضه في عقليته ونفسيته فهو عدوه بمقياسه، لا يستحق سوى السب والشتم والإهانة، وهذا يعطى مؤشراً واضحاً للتصرف الأكثر سوءاً في نظرك وهو مداومة هذه الفتاة على السب والشتم.

وأرجو أن ألقت انتباهك إلى بعض النصائح لكيفية التعامل معها:

- انتهزي الفرصة المناسبة للحديث معها حول موضوع السب والشتم، اختاري الوقت المناسب عندما تكون هادئة وتتحدث معك بحب وصراحة، تحدثي معها بنفس الأسلوب واطرحي أمامها القصص الرائعة في تاريخنا الإسلامي حول حفظ اللسان من الزلات، لاسيما مواقف الرسول صلى الله عليه وسلم.
- أرجو ألا تكون هذه الابنة قد اكتسبت عادة السب والشتم من الوالدين في البيت، وإلا فالوضع صعب، فكيف يمكننا إقناعها بعدم فعل شيء لم نمتنع نحن عنه، وأقصد بهذا كيف يمكن لها أن تبتعد عن الشتم وتستمع إلى نصائح الكبار، وهي تسمع الكبار أنفسهم يشتمون ويسبون. وعليك في هذه النقطة أن تشعرى أنك تخضعين لقوانين الحياة، فكما أنك لا تستطيعين تغيير نفسك بسرعة، كذلك لا تطلبي من ابنتك أن تغير سلوكها مباشرة.
- من اللطيف أحياناً أن نفتح قنوات للحوار الهادف مع أبنائنا حتى نستطيع أن نصل إلى طرق تفكيرهم، ومبرراتهم للتصرف، ويشترط في بداية الحوار مع أبنائنا أن نكون مستمعين أكثر من متحدثين وأمرين وناهين، ونترك لهم حرية التعبير عن أنفسهم، ولا نتسرع في إطلاق الأحكام العامة والسريعة، ولعل الحوار الهادف أول خطوة يجب أن تبدئي بها مع ابنتك، فإن تواصلت معها كان من السهل جداً أن توصلي لها قنواتك حول الألفاظ التي تستعملها مع أختها.

- أشرت إلى أن الأخت الكبرى أكثر ذكاءً من الصغرى، ولعل هذا تقييمك أنت والأسرة لها، وقد لا تكون هى نفسها مقتنعة بأنها أفضل؛ فالغيرة تكمن بداية فى عدم قناعة الشخص بذاته، فهو لا يقدّر ذاته ولا يرقى بذاته فيحترمها، وبالتالي فسوف يرى غيره مهما كان أفضل منه، حاولى أن تتحسسى تقديرها لذاتها، وارفعى هذا التقدير.
- لا أعتقد أن هذا وضع ستكبر البنت عليه؛ لأنها تمر بمرحلة تختلط فيها العواطف وتهيج، وبالتالي ستحب كثيرًا وستكره كثيرًا، وبعد انتهاء المرحلة ستعود الأمور إلى طبيعتها.. فالصبر الصبر.
- أرجو ألا يكون اليأس من الحل هو أقصر الطرق لإنهاء المشكلة، يجب ألا نستسلم من بداية الطريق، وأقصد بالاستسلام أن أجرب الأسلوب مرة واحدة ثم أقول أنه لا ينفع، فما تقومين به من تقديم هدايا من الأختين لبعضهما أو تحمل المسؤولية أمر فى غاية الأهمية، ولكن ليس بالضرورة أن يكون العلاج به مباشرة ومن أول مرة. وتذكرى أن الدواء نشربه ولكن بجرعات، وقد يكون لأيام وقد يكون لأسابيع وقد يكون العمر كله، والهدف منه الشفاء، وكذلك الأساليب التربوية فنحن بحاجة لها دائمًا للكبار وللصغار ولكن مع مرور الوقت ولا نتعجل النتائج.

الأب الغائب

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى فى الرابعة عشرة من عمرها، كانت مرحلة جدًا ولكنها فجأة تغيرت وأصبحت كنيبة جدًا ومنطوية على نفسها بالرغم من طبيعتها الاجتماعية، وعلى

الرغم من أنها ذكية جدًا والحوار معها منطقي جدًا حتى إنك تشعر عندما تتحدث معها أن عقلها أكبر من سنّها، وأنها متزنة خلقياً ودينياً إلا أنها أصبحت تكره الدنيا بأكملها.

دائماً عندها ملل وتكرس كل وقتها للدراسة، ولا تخرج من المنزل أبداً، نادراً ما تذهب إلى بيت جدّها.. وقد نصحتها إحدى معلماتها بالخروج، ولكنها لم تستجب، ولكن كان كلام المعلمة مؤثراً جداً، حيث إنها كانت تبكي والمعلمة تتحدث.

ابنتي تحصل على درجات عالية في المدرسة، فدائماً تتجح بتقدير امتياز، والمعلمات دائماً المدح فيها وهي تحترمن، ولكنها فجأة تغيرت وهذا التغير نشعر به مدرساتها ومن حولها من زميلاتّها.. فهي لا تفتح قلبها لأحد، تسمع الجميع ولكن لا أحد يسمعها، ودائماً تبكي. وللعلم فإن والد الفتاة متوفى منذ أن كان عمرها سبعة أعوام، ما رأيكم؟

ولهذه الأم نقول:

هيا نبدأ بتحليل معطيات سؤالك:

- حالة ابنتك هي شئ مستحدث مخالف لطبيعتها، وربما تزامن ذلك مع البلوغ وسبر أغوار المراهقة، ويبدو أن الحدث الذي أعقبته هذه الحالة من الحزن والبكاء والنفور من الحياة معتم عليه وغير واضح.
- ابنتك متفوقة وذكية ولها من سعة الصدر ما يجعلها تسمع للجميع، لكنها لا تبوح بمكان آلامها ولا مشاعرهما، وتثير عجب الجميع بأنهار دموعها.
- ابنتك لا تحب الخروج وتريد الحياة في عزلة، وتجيد التلهي في الدراسة.
- ومن الواضح جداً أن هناك مساحة مظلمة أو حلقة مفقودة في الموضوع؛ فقد حدث شئ ما لتلك الفتاة سبب لها ذكريات أليمة وترك عندها جراحاً

ومشاعر لا تستطيع التعبير عنها إلا بكل تلك الدموع. ولعل فى الدموع بعض التسرية عن الفتاة المسكينة، ولكن لابد من عرضها على طبيب نفسى أو طبيبة تحاورها وتطمئن لها لاستخراج ما يجثم فى أعماقها ويسبب لها تلك الحالة، ولتشخيص الأمر بشكل وافٍ فلا بد من المقابلة الشخصية مع الطبيب حتى يضع التقييم النهائى لحالتها، ومما لا شك فيه أن السرعة مطلوبة جداً قبل تفاقم الحالة، وإنقاذ الفتاة من أى خطر يهددها.

واسمحي لى أن أتطرق إلى نقطة مهمة، فقد ذكرت أن الابنة قد تحاورت وتكلمت مع معلماتها وسمعت النصيح منهن، وأنها تسمع للجميع، ولم تتحدثى نهائياً عن أى احتكاك بينكما بهذا الخصوص من حوارات أو نصائح أو حتى محاولات للاقترب.

وعلى كل حال، فالابنة فى حاجة إلى علاقة دافئة حميمة معكِ -مع أمها- تسقيها من خبرتها وتعلمها ما لم تكن تعلم، وتؤهلها للتعامل مع كل المواقف الطارئة.. إنها فى حاجة لحضنك لتغرقه بدموعها وفى انتظار ربت يديك على كتفها، ودعواتك بفريج كروبيها، إنها فى حاجة لأننيك تسمعان بتفهم ما يجثم على صدرها من هموم.

ومما لا شك فيه أن إقناعها بزيارة الطبيب ربما يكون صعباً؛ لذا فلا بد أن يُعرض عليها ذلك فى صورة اقتراح لراحتها وسعادتها، ولا بد من تجنب الإهانة أو التجريح أو الإجبار، أو الإشارة من قريب أو بعيد لوجود اختلاف فى الابنة عن الطبيعى أو أنها مريضة أو غير ذلك، مع التأكيد لها على سرية كل كلمة تبوح بها للطبيب، وأن ذلك لمصلحتها للتنفيس، دون أن تشعر أن لهذا التنفيس أى رد فعل غير مرغوب فيه من أى طرف؛ فالكثيرون يفعلون ذلك حين تكون لديهم أسرار لا يريدون لأحد أن يعرفها، وفى نفس الوقت يريدون

البوح بها؛ لأنها حاجة طبيعية لكل البشر، فالطبيب النفسى يعتبر صديقاً أميناً كاتباً للأسرار، وطرفاً محايداً لن يستطيع أن يفعل بهذه الأسرار أى شئ سوى راحة صديقه.

يبقى أمر مهم، ولعله لفت نظرك من بداية الإجابة، وهو عدم تبرير حالة الطفلة بوفاة الوالد أو اعتبارها نتيجة مباشرة لذلك؛ لأن الطفلة كانت طبيعية بعد وفاته بسنوات ست ولم تطرأ عليها هذه التغيرات سوى مؤخراً، ولكن هناك نقطة مهمة -وهى مجرد افتراض- وهى أن بلوغ الابنة ودخولها فى مرحلة المراهقة وسماعها من حديث صديقاتها عن آبائهن قد أحيا لديها أحزان فقدته، وذكرها بحاجتها إليه مما غذى شعورها بالحرمان من عطفه، وزاد المسألة تعقيداً رهافة حس البنات بشكل عام ورهافة مشاعر المراهقة بشكل خاص.

ولكننى أعود فأذكرك أن كل ما نقول هو محض افتراضات غير كافية للتشخيص أو تحديد العلاج، وهى فى حاجة للجزم والتحديد بزيارة الطبيب النفسى ولقائها معه وجهًا لوجه وتكرار زيارته، لتحديد برنامج ناسج للعلاج وتطبيقه بدقة.

وحتى يتم لك هذا الأمر، أوصيك بما يلى:

- تقوية العلاقة مع ابنتك واحتضانها بكل حنان، والحرص على الحوارات الدافئة معها.
- لا بد من سعة الصدر معها وتقبل حديثها -على قلته- مهما كان، والتفاهم معها بموضوعية وهدوء.
- حاولى حثها على التنفيس والتهوية عما فى داخلها بسبل مختلفة غير الكلام كالرسم أو كتابة المذكرات أو كتابة الشعر أو النثر أو الزجل أو القصة القصيرة؛ فكل ذلك سيساعد كثيراً فى التخفيف من كثافة الدخان الذى يعبئ جوفها، فإن خرج منه فما يلبث صدرها أن ينفرج.

○ طالما أنها تمنح محدثيها أذانا مصغية، فبادريها أنت بالحديث عن نفسك وذكرياتك فى سنها، وتجاربك، ويوميائك... إلخ، بل بثيها مخاوفك وأحزانك وأطلعها على كل ما يعتمل بصدرك، ولكن لا تنتظري منها أن تفعل المثل، فالأمر يحتاج إلى وقت.

ويحضرني قبل أن أختم حديثي معك أجمل قصة سمعت عنها لفتاة مع أبيها، قصة تلقى الضوء على المعنى الحقيقى لصداقة المربي مع ابنه أو ابنته؛ إذ يفهمه بالإشارة، ويسعى لحلول إيجابية سريعة لمشكلاته، ويميل لتسكين مشاعره وتلبية ما يمكن من رغباته بالشكل الأصلى له، إنها قصة شعيب عليه السلام نبي الله وابنته التى مال قلبها للقوى الأمين موسى عليه السلام؛ فذهبت تصارح أبيها بحياء ورقة وهدوء قائلة: "يا أبت استأجره..."، فيفهم الأب تلميح ابنته فيرسلها فى طلبه لينكحه إياها ويسعدها ويريح قلبها، لعل فى قصتهما عبرة لكل آباء وأمهات المراهقين والمراهقات عن معنى وضرورة الصداقة مع الأبناء.

التعلم بين الماضى والحاضر

تقول إحدى الأمهات:

ابنى الذى يبلغ من العمر ثلاثة عشر عاما يحب اللعب بالكمبيوتر بشكل غير طبيعى، ومستعد أن يبقى اليوم كله أمامه دون أن يمل، ولا يحب القراءة أبداً، علماً بأنه ذكى جداً، فكيف أوجه نشاطه إلى ما فيه فائدة له؟ وقد حاولت أن أستغل حبه للكمبيوتر فى أشياء مفيدة، لكنه يرفض أى شئ غير اللعب، حتى عندما أحاول أن أعلمه بعض سور القرآن الكريم لا يقبل أن يحفظ أى سورة،

بل إنه يلومنى على أنى أتعبته بالقراءة، مع أنى لا أكون قد علمته إلا القليل من القرآن الكريم، كما أنه سريع فى كل حركاته حتى فى كلامه وفى صلاته، ماذا أفعل معه؟

ولهذه الأم نقول:

قديمًا اختلف علماء النفس فى تعريف معنى عملية التعلم، هل هو اكتساب للمعلومات أم للمهارات أم ماذا؟ ولكنهم اتفقوا حديثًا على هذا المعنى، "إنه عملية التغير فى السلوك الإنسانى نتيجة لما اكتسبه الإنسان من معلومات، تم غرسها فى نفسه بعد أن قام بالاستفادة منها وتطبيقها بصورة مباشرة".

إذن، فإن عملية التعلم لا تحدث بين يوم وليلة، حتى قال علماء النفس: "إنك لا تستطيعين ملاحظتها وهى تحدث، ولكنك تشعرين بها بعد أن تتم"، وشكواك هذه ربما لأن عملية التعلم قد اقترنت فى مخيلتك بما تلقّيته فى الصغر من استذكار أو تلقين مباشر. ومع هذا، فإن الصورة الحديثة فى عملية التعلم وشكل المدرسة يختلف كلية عما هو ماثل فى أذهاننا، وخاصة فى السنوات الأولى من العمر.

ففى هذه السنوات يكون التركيز دائمًا على نقطة واحدة وهى السعى إلى توفير اللّعب للطفل، فهذا هو كل ما يشغله فى هذه الفترة، حتى أن المعلومات التى يسعى المدرسون لتلقينها له تكون فى صورة ألعاب.

وبالنسبة لابنك، وهو الآن فى بداية ما يُسمى بمرحلة المراهقة المصحوبة بالعناد، وبالسعى لإثبات الذات، فمن الظلم له أن تعامله كشاب، ففى هذه المرحلة يحدث نوعان من النمو: النمو العقلى والنفسى، والنمو الجسمى.

وقد يسير هذان النوعان من النمو جنباً إلى جنب، وقد يختلفان فيكون الولد شاباً فى صورة طفل أو يكون طفلاً فى صورة شاب، وهنا تحدث المشكلة.

إذن، عليك أن تتفهّم حاجة ابنك الملحة للعب، وأنه لم يغادر مرحلة الطفولة إلى الآن، وأن هذا الأمر لن يستمر طويلاً، فانتبهى لهذا الأمر ولتراجعى ما يلى:

١. تجنبى التوجيه المباشر له، فهذا قد يورثه نوعاً من العناد، إلا بشرط أن يكون هناك نوع من الصداقة بينكما لا يشعر الولد معها بأى ضيق من توجيهك المباشر له.

٢. حاولى مع هذا الولد القيام بنوع من العلاج السلوكى، كأن تعديه بمكافأة محببة إلى نفسه إن ذاكر جزءاً معيناً بصورة جيدة "ولتركزى على الكيف دون الكم"، أى أن تركزى على مقدار ما ذاكره وليس مقدار ما جلسه من ساعات على الكتاب، والعكس كذلك، أن تمنّيه من استخدام جهاز الكمبيوتر مثلاً إن هو قصر فى ذلك، ولكن ينبغى أن يكون هذا النوع من العلاج مبنياً على قاعدة صلبة من الصداقة بينك وبين ابنك، وإن لم تنجحى فى تكوين هذه الصداقة فأنت لست مرشحة للقيام بهذا الدور، دور العلاج والنقويم فلتبحثى عن شخص آخر. وقديماً قيل فى الأثر: "الابن تدلّله سبع سنوات، وتهذبه سبع سنوات، وتصادقه سبع سنوات، ثم تتركه وشأنه".

٣. عليك أن تتقبلى أن الله عز وجل قد خلق الناس مختلفين فى قدراتهم وأمزجتهم وأنماط تفكيرهم، فلتحاولى باستمرار أن تكتشفى قدرات ابنك ومواهبه وتنمّيها، وليس بالضرورة أن يتفوق ابنك فى نفس المجال الذى يتفوق فيه غيره.

٤. هناك قاعدة تقول: "إن زامر الحى لا يطرب"، وقد لا تصلحين أنت للقيام بهذا الدور بمفردك، فلتبحثى لابنك عن صديق يأنس إليه ويرى فيه المثل العليا، أو التمسى مساعدة الأب أو الأخ الأكبر إن كان قريباً منه ويمكنه التأثير عليه، وقد يكون هؤلاء أقدر على التأثير منك. فنحن قد نؤثر فى أبناء الآخرين أكثر مما نؤثر فى أبنائنا.

أعينوا أولادكم على بركم

يقول أحد الآباء:

المشكلة أننى أب لا أحب ابنتى ذات الخمسة عشر عاماً، فهى لا تطيعنى أبداً، وتتمرد علىّ، وأمها تعينها على ذلك، كما أنها عصبية وتأكل كثيراً، وتتبول ليلاً، ولا تعترف بأخطائها، مع العلم بأن باقى إخوتها ليسوا كذلك. ماذا أفعل معها؟

ولهذا الأب نقول:

إنه لمن المحزن حقاً أن نجد الأبناء غير بارين بأبائهم بل عصاة جاحدين، خاصة أن كل أب وأم يعتقدان اعتقاداً راسخاً أنهما يبذلان كل ما فى وسعهما من أجل أبنائهما، بل إنهما يضحيان من أجلهما كثيراً، ثم لا يجدان سوى الإنكار والعصيان. ولكن تعالى لنمعن النظر قليلاً فى هذه المسألة، فهل حقاً الأولاد ينشئون جاحدين من تلقاء أنفسهم؟ أم أن لنا دوراً كبيراً فى خلق مثل هذا الجحود وهذه الأخلاقيات؟ لذلك أنا أدعوك الآن لتحليل مشكلتك، ثم أترك لك الحكم فى النهاية.

هذه المشكلة تتكون من ثلاثة أجزاء :

١. إحساسك بعدم حبك لابنتك لعدم طاعتها لك، وليس هذا ما تحسه وتشعر به تجاه باقى إختوتها، فهم مطيعون ومهذبون على حد تعبيرك.
٢. سلوك الابنة من عصبية وتمرد وشراة فى الأكل والتبول ليلاً.
٣. مساعدة الأم لها على تمردها ضدك.

أما الجزء الأول من المشكلة، وهو إحساسك بعدم الحب لابنتك، وقد أجبت أنت على هذا الجزء من السؤال أو تضمن هذا الجزء المشكلة والحل فى نفس الوقت، فالسبب فى عدم حبك لابنتك هو عدم طاعتها لك وتمردا عليها، معنى هذا أنك لا تبغض الابنة فى حد ذاتها وإنما تكره أفعالها، فإذا هى تخلت عن هذه الأفعال فسوف تستعيد ابنتك بالطبع ويعود حبك لها، وهذا ما نأمل فى الوصول إليه.

أما الجزء الثانى، وهو سلوك الابنة من عصيان وتمرد وشراة فى الأكل بل والتبول ليلاً فهو لب المشكلة من وجهة نظرك، وأسباب هذه السلوكيات متعددة وكثيرة، لكنك أوضحت جزءاً خطيراً منها، وهذا ما يجرنا للجزء الثالث من المشكلة ألا وهو مساعدة الأم للابنة فى هذا التمرد ومخالفة أوامرك، وأعتقد أن هذا هو لب المشكلة، حيث يتضح أنك وأولادك المطيعين كونتم حزباً، والأم والابنة كونتا حزباً آخر، وهذه هى الكارثة الحقيقية، فكيف تتصور وجود أطفال أسوياء فى مثل هذا المناخ الأسرى؟ فهذا التعارض وهذه الازدواجية فى التربية من شأنها أن تفسد عليكم الحياة الأسرية السوية، وإذا أردت علاج ابنتك فلا بد من إصلاح هذا الوضع بينك وبين زوجتك على الفور، لذا يجب عليك:

١. مناقشة الأم على انفراد فى الأسباب الحقيقية وراء تحالفها مع هذه الابنة ضدك، وتحاول جاهداً أن تعالج هذه الأسباب، وثق أن هذه الخطوة من شأنها أن تحل جزءاً كبيراً من مشكلتك مع ابنتك.

٢. لابد أن تجد مع زوجتك طريقة تتفقان عليها كأسلوب موحد في التربية، ولا تتعارض أوامركما لأولادكما، فلا يصح أن تطلب أو تأمر أمراً ثم تعارضك فيه زوجتك على رأى ومسمع من الأولاد، ولا يحدث العكس بالطبع، وإذا اختلفتما فعليكما مناقشة ذلك على انفراد أولاً وبعيداً عن أبنائكما.

٣. عندما تجد الابنة هذا الموقف منكما فلن تحاول اللعب على هذا الوتر مرة أخرى، وفي بادئ الأمر ستجد عناداً شديداً منها، لكن عليك أنت وزوجتك الصبر حتى تمر هذه المرحلة بسلام، خاصة أنها لن تستوعب بسهولة هذا التحول في شخصيتك وشخصية الأم، لذلك يجب التلميح لها من وقت لآخر بأن كل إنسان معرض للخطأ، والعيب كل العيب أن يستمر عليه ولا يحاول تصحيحه، ويمكن أن تؤكد لها ببعض العبارات في جلسة تجمع بينكم أنتم الثلاثة فقط (أنت والزوجة وهذه الابنة) أنكما ستحاولان جاهدين أن تكونا نعم الأبوان، كأن تقول "ربما لا نكون الوالدين المثاليين لكم، لكننا مما لاشك فيه نحاول أن نكون كذلك، كما أننا نحبك حباً جماً ونتمنى لكم كل السعادة وسوف نحاول أن نصل إليها معكم".

٤. حاول إيجاد علاقة إيجابية بينك وبين ابنتك بمساعدة الأم، وذلك من خلال التنزه مع الأولاد جميعاً، وإقامة بعض الرحلات التي تساعد الابنة في تنظيمها مع أخوتها، كما تدار حوارات بينكم جميعاً حول أهم القضايا التي تشغلهم، ولابد أن تجد الوقت للاشتراك معهم في اللعب.

٥. اهتم بدراساتهم وحاول أن تساعدهم فيها وخاصة هذه الابنة.

٦. خصص لابنتك وقتاً لحديث ودى بينك وبينها أو للتزهر معها وحسدها (وحاول ذلك أيضاً مع كل أبنائك حتى لا يحسوا بالتفرقة فى المعاملة) ومن خلال ذلك أشعرها بأنك قريب من أفكارها وتفهم احتياجاتها.

٧. هذه الفترة حرجة فى عمر الفتيات، فابنتك إن لم تكن بلغت فهى على وشك ذلك، وأقرب إنسان لها فى هذا الوقت هو الأم، فإذا لم تفهم الأم طبيعة هذه المرحلة واحتياجاتها فستكون العواقب وخيمة، عليكما شراء بعض الكتب التى تتحدث عن هذه المرحلة، ويمكنك الاستعانة بأى كتاب فى علم نفس النمو فمن خلاله ستتعرف أنت وزوجتك على طبيعة هذه المرحلة واحتياجاتها، ومثل هذه الكتب متوفرة وسهلة وبسيطة.

كل ما سبق سيساعد فى فهم شخصية الابنة، ويساعد فى خفض حدة توترها وعصبيتها، وأكد مرة أخرى على ضرورة تعاون زوجتك معك.

نصل الآن لمشكلتى الشراهة فى الأكل والتبول ليلاً، أما مشكلة الأكل، والتى ربما لا تكون مشكلة على الإطلاق لأننى لا أعلم ما معيارك فى الأكل المعتدل ومعيارك فى الإفراط فيه، على أية حال، إذا كانت هناك مشكلة فهى ترجع فى الغالب إما لأنها فى فترة البلوغ أو على وشك الدخول فى هذه المرحلة، وهى فترة تتميز عند بعض الفتيات بالإقبال على الأكل، أو أنها نتيجة لتوترها فهى تفرغ هذه الشحنة فى عملية الأكل، لذا فإنك إذا قمت باتباع ما سبق فسوف يساعد هذا على حل هذه المشكلة، أما مشكلة التبول ليلاً وهو ربما من الأسباب التى تزيد من حدة الفتاة وعصبيتها، فقد تكون المشكلة عضوية، لذا أنصح باستشارة طبيب متخصص، أو تكون المشكلة نفسية سببها ما قد ذكرت من قبل، وقد تكون مشكلة عضوية فى الأصل وسببت مشكلة نفسية كان من نتائجها العصبية والتوتر وساعد على حدوثهما العوامل الاجتماعية السابقة.

وأخيراً، لا أجد ما أختتم به قولي لك إلا هذا القول المأثور "أعينوا أولادكم على بركم" فاخلق الجو المناسب لذلك تجدهم قرة عين لك ولزوجتك.

اطلب منه أن يكون رجلاً ليخشوشن

يقول أحد الآباء:

يعيش أطفالنا الآن حياة مرفهة بسيطة؛ فهم يأخذون المصروف ويجدون ما يحبون متوفرًا لهم، وحولهم جميع وسائل الرفاهية في البيت والمدرسة والشارع...

كيف أربي أبنائي على الاخشوشان، عندما أشاهد طفلاً فلسطينياً لا أشعر أني أقف أمام طفل في سن أبنائي؛ وهو ما يشعرني بالأسى.. كيف أصنع منهم رجالاً؟ أجد أبنائي الآن في الثانية عشرة والسادسة عشرة أطفالاً لا يمكن الاعتماد عليهم.. كيف أقويهم وكل ما حولي يعمل ضدي؟

ولهذا الأب نقول:

الطفل لا يمكن عزله عن بيئته وأسلوب تربيته، وحتى نفهم ماذا نريد من أطفالنا مستقبلاً، يجب أن نجيب عن هذا السؤال، ماذا نريد من أطفالنا؟ وماذا نريد لهم مستقبلاً؟ إذا أردنا أن يكون الطفل قوياً وشجاعاً، فلنقدم له شيئين:

○ نموذج الشجاعة في سلوكنا نحن الآباء كقدوة له؛ لأجل أن يشاهده الطفل بعينه، ويمتصه في شخصيته فتصبح بذلك الشجاعة جزءاً أصيلاً من شخصيته.

○ نوفر له المقومات داخل البيت - التي تساعد في الوصول إلى هذا الهدف.

والمقصود بذلك الاخشوشان فى الحياة، فلا يعقل أن تتحدث معهم عن قوة الشخصية وما تتطلبه من صبر وتحمل ومواجهة، وفى الوقت نفسه تضع لأبنائك كل مسهلات وميسرات الحياة بلا أدنى معاناة، فكيف سيصدق الطفل ذلك؟ هل يصدق الذى يقوله الآباء بأفواههم أم الذى يراه بعينه؟ إذا أردنا أن يكون الطفل صادقاً فلنكن نحن صادقين أمامه، ولنشجعه على الصدق، ونثيبه عليه. لأجل ذلك أختى العزيز، إذا أردت أن تصنع رجالاً من أبنائك فلا تغرقهم بالنعم، بل علمهم أن الحياة مواقف قد يتوافر شئ معين فى وقت معين، وقد لا يتوفر فى وقت آخر.

علموا أبناءكم القناعة والصبر والتحمل، حملوهم المسؤولية منذ الصغر، ولا تجعلوهم معتمدين عليكم طوال الوقت، اجعلوا الأبناء دائماً يواجهون بعض المواقف، وأصبروا عليهم ليحلوا هذه المواقف بأنفسهم ولا تقدموا لهم الحلول جاهزة. إذا أردنا الإبداع لأبنائنا فلنغرس فى داخلهم بذور الإبداع، وإذا أردنا للطفل أن يكون خشناً فلنعلمه الخشونة، وخاصة الأبناء من سن الرابعة عشر إلى السادسة عشر، أرسلوا بهم إلى معسكرات الكشف والتطوع، واطلبوا منهم أن يكونوا رجالاً يتحملون المسؤولية، وحتى يصل الطفل إلى هذا الهدف يحتاج إلى المساعدة منا والصبر كذلك.

مراهقة فى بيت العائلة

تقول إحدى الأمهات:

أنا أم لثلاث بنات، الكبرى فى الثامنة من عمرها، والوسطى فى السادسة، والصغرى فى الثانية، مشكلتى دائماً مع ابنتى الكبرى؛ حيث إننا نعيش فى

عمارة عائلية تخص أهل زوجي، وهم جميعًا طيبون، ولكن كل منا يربى أبنائه بما يراه مناسبًا، وأنا أختلف معهم كثيرًا في الأسلوب، ولهم بنات في مثل عمر بناتي ولهم بنات أكبر، وعندما أرى البنات الكبريات وما عليه حجابهن من التبرج -بالرغم من وجود غطاء للرأس- أحزن كثيرًا، وأخاف على بناتي بشكل كبير، ولكني لا أستطيع أبدًا أن أمنع الخلطة بهن خصوصًا مع ابنتي الكبرى؛ حيث إن شخصيتها ضعيفة نوعًا ما وتتأثر بهن كثيرًا.

أحاول دائمًا أن أدمج شخصيتها بالتشجيع والثناء عليها أمام الآخرين، وفعلاً أجدها تتحسن نفسيًا، ولكن مع أول إغراء حولها كالذهاب إلى السينما مثلاً، أو سماع أغاني هابطة، أو الاهتمام المرضي بالكرة ومشاهدتها، أو متابعة المسلسلات، أو إعجابها بطريقة حجاب بناتهم، تنهار نفسيًا وداخليًا وتضعف أمام هذا الإغراء، وأحس أنه لا فائدة. فكرت كثيرًا في أن أنتقل إلى بيت آخر ولكن هذا يستحيل في ظل الظروف الحالية!

ابنتي هذه أقل من أختها جاذبية وجمالاً، ولكنها ذكية جداً، وأنا لا أفرق بين أولادي إطلاقاً، فماذا أفعل ونحن على أبواب الصيف وتواجد البنات في البيت سيكون طوال اليوم؟

ولهذه الأم نقول:

هوئي على نفسك.. فابنتك المراهقة في مرحلة صعبة.. فلا تعسري عليها الأمور مرة واحدة ولا تضعيها في مواجهة كل الصعوبات في لحظة واحدة.. هناك دائماً في هذه المرحلة بالذات بعض الحبال التي يجب أن ترخي.. أي أن هناك بعض البنود التي لا بد أن نتغاضى عنها حتى نستطيع أن نحفظ بمقدود العربة الطائشة في أيدينا.

لا يخلّف كثيرًا المراقق قوى الشخصية عن ضعيف الشخصية.. فهم جميعًا مُهزّ جامحة فى عالم الانتقال بين الطفولة والأنوثة أو الرجولة.. بالعكس فضيف الشخصية قد يسحب المقود من يدك ليدفعه إلى آخرين يقدرّون فورة جسده ورغباته.

ننتهى من ذلك بأن عليك تحديد بعض الأولويات التى لا يمكن التنازل عنها: مثل الحجاب الشرعى الصحيح ... أما الخروج منفردات إلى أماكن ليست فوق الشبهات مثل المول.. أو لمجرد التسكع بحجة الشراء فهذه أشياء لا يمكن قبولها إطلاقًا.

ثم يأتى اختيار بعض البنود التى يمكن التساهل فيها من أن لآخر.. نعم ... سنتغاضى عن بعض الأشياء بدون تأنيب لها، ولكن مع التأكيد من أن لآخر على أنها على وشك أن تسحبنا إلى المعاصى.

وبالنسبة لكرة القدم والمسلسلات... فأنصحك بهما، أولاً لأن كرة القدم بالنسبة للفتيات لا يستمر الاهتمام بها طويلاً.. وإن حدث فلن يكون بشكل مرضى ... بل سيظل الأمر تشجيعاً لنادٍ معين أو للبطولات الدولية التى تشارك فيها مصر.. ثانيًا لأن المسلسلات أحياناً تحتوى على دروس وحكم ومواعظ لو اجتهدنا دهرًا أن نصل بها إلى أبنائنا فلن يقبلوها... بل إنها ستكون أسهل فى الوصول إليهم عن طريق الآخرين... مثل جزاء الخيانة... والمال الحرام.. ومشاكل العلاقات مع الجنس الآخر، إلخ.

حاولى التعرف على موضوعات المسلسلات، وتابعى معها الحلقات، واستخلصى الحكمة من أحداثها، الحكمة الحسنة والتجربة الخطرة، ستجدين كل هذا فى المسلسلات العربية المحترمة مع خلوها عادة من مشاهد خليعة، وهذا سيفتح أمامكما مجالاً آخر للحديث غير افعلى ولا تفعلنى، بل ستتعرفين من خلال

مناقشة أحداث التمثيلية على مكنوناتها وحقيقة شخصيتها، وما يشغل تفكيرها وما تحتاجه.

ولكن رجاء لا تصبحي مثل المعلق الرياضي وتحاولي التعليق على كل مشهد.. بل افعلي ذلك بحكمة ورشاد...

ابنتك ترفض الحجاب....ليست مشكلة

تقول إحدى الأمهات:

ابنتي غير ملتزمة بالزى الإسلامى، وأنا كثيرة النصح لها بالالتزام به، ولكنها ترفض بشدة؛ لأن صديقاتها فى النادي والمدرسة والمجتمع المحيط بها غير ملتزمات بهذا الزى، أبوها يحملنى مسئولية عدم التزامها بالزى الإسلامى، علماً بأننى وأختها الكبرى ملتزمتان بشرائع الله، ونرتدى الزى الإسلامى. وأنا أخشى من حساب الله لى على عدم التزامها.. فماذا أفعل؟

ونقول لهذه الأم:

تقولين أن ابنتك صاحبة المشكلة هى الصغيرة بين إخوتها، أى أنها كما يقول المثل العامى: "آخر العنقود.. سكر معقود"؛ فرفقاً بها ومهلاً ولا تستعجلي.. فكل شئ يأتى فى حينه.

لم تذكرى سبب استعجالك على التزامها بالحجاب، ولعلها بلغت سنّ الحيض، ومع ذلك فلن يختلف الرد فى الحالتين، وأعرف أنك مسئولة عنها، ولكن هذا لا يبرر لوالدها أن يزيد فى معاناتك ويحملك أنت وحدك المسئولية.. فأين دوره هو؟ أليس هو مسئولاً أيضاً؟

ولنفترض أنها بلغت السن التى يُفترض فيها أن تحجب زينتها وفتنتها عن أعين الرجال، وأن الحجاب فرض عليها كالصلاة.. فهل يصح أن تلزمها به دون أن تكون راغبة أو مقتنعة به، وأنت ترين المجتمع كيف يمتلئ بالفتن، وكيف يجذب دعاة الإباحية الشباب والفتيات بكل وسيلة مغرية؟ فكيف يمكن أن نقول: إن أحكام الله يجب أن تطبق وحالنا على ما هو عليه؟!

دين الإسلام لا يمكن أن تكون أحكامه مطبقة بشكل فردى ما لم تجد لها سندًا فى المجتمع، فهو لا يقوم إلا على دعامين اثنتين: دعامة من أخلاق الفرد، ودعامة من ثوابت المجتمع.

وإذا كان عمر بن الخطاب -رضى الله عنه- قد ألغى حد السرقة فى عام الرمادة -أيام القحط- فمالنا سوى التوسل لله سبحانه وتعالى أن يرسل لنا رجلاً ملهمًا كعمر يستطيع أن يأخذ بيدنا فى طريق الحيرة والليل الحالك الذى نعيشه.

كان من المفروض أن تهينى ابنتك نفسيًا للحجاب قبل سنتين على الأقل، ولو لم تلزمها به، بل على الأقل تحبينه إليها بالكلام العاطفى، حيث كانت إلى سن الطفولة أقرب ويمكن أن تتأثر بكلامك، ولكنك الآن وقد تأخرت فلا أنصحك سوى بالصبر، ومع ذلك فلا تفهمى من كلامى أننى أشجّعك -لا سمح الله- أن تئسسى منها، بل تأكدى أننا فى هذا الزمن أمام خيارين اثنين لا ثالث لهما: إما أن ننشئ أولادنا على الإسلام الحقيقى، أو أن شياطين الإنس والجن ستخاطفهم!.

ابنتك دخلت سن المراهقة، وهى سن التمرد والبحث عن الذات، وسن الاضطرابات العاطفية والنمو الجسمى الذى لا يوافقه فى معدل تطوره النمو العقلى؛ ولذلك كانت مهمة التفاهم مع المراهقين من أصعب المهمات، فهم ليسوا أطفالاً ليتأثروا انفعاليًا، وليسوا ناضجين ليقتنعوا منطقيًا، بل هم فى تخطيط وحيرة، ومع ذلك لا يعترفون بهذا دائمًا إلا إذا وجدوا الصدر الحانى، والعقل

المتفهم، والقلب المحب.. فهل حاولت أن تكونى معها هكذا قبل أن تطلبى منها
أى شئ آخر؟

طبعاً يجب ألا تقارنى ابنتك بأختها الكبرى؛ فلكل فرد شخصيته المتميزة
منذ ولادته، ولعل أختها لم تخضع للمؤثرات والإغراءات التى تخضع هى لها
فى المدرسة والنادى والمجتمع.

المطلوب منك أن تحضّيتها على توثيق صلتها بالله سبحانه.. فهل هى
تصلى؟ إذا لم تكن تصلى فهنا الخلل فى الحقيقة؛ لأن الحجاب كما تعلمين لم
يُفرض إلا فى السنوات الأخيرة من حياة الرسول -عليه الصلاة والسلام-، أما
الصلاة فقد فرضت فى الإسراء والمعراج عندما كان -عليه الصلاة والسلام-
فى مكة، ودليل أهمية الصلاة عن باقى الفرائض أنها لم تُفرض فى الأرض، بل
فُرضت فى السماء مباشرة من الله عز وجل على الرسول -عليه الصلاة
والسلام-؛ لذلك فلا أنصحك أن تأمرىها بأمر أو تنهىها عن شئ إلا إذا كنت
واثقة من أدائها لصلاتها من نفسها دون أن تفرض عليها أو أنها تؤديها لأن أحداً
ما يراقبها، أى يجب أن تنمى فيها مفهوم مراقبة الله سبحانه وتعالى قبل أى شئ،
فإذا كانت تصلى وتؤدى الصلاة فى أوقاتها فهى علامة خير، فقد قال الله تعالى:
"وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ" (العنكبوت: ٤٥).

أما إذا لم تكن تصلى أو غير ملتزمة بأداء الصلاة فى أوقاتها، فعليك أن
تعيدى بناء الإيمان فى نفسها، وابدئى معها بطريق الترغيب أولاً والترهيب
ثانياً، وذكرىها بأفضال الله -عز وجل- علينا ونعمه، واغتنمى الفرص لتذكرىها
بآلاء الله سبحانه، واشرحى لها أن الصلاة وإن كانت فريضة، وتحمل دلالة
عبوديتنا لله، فهى شكر له سبحانه على ما أسبغه علينا من نعم، وحبّى الله إليها؛
فإنه هو الرحيم، وهو الودود، وهو اللطيف، وهو الذى ندعوه إذا احتجنا، ونسأله
إذا عجزنا، ونتوسل إليه إذا افتقرنا، وذكرىها أنها مخلوقة من تراب، ولكن فيها

نفحة من روح الله، والجسم كما هو بحاجة للغذاء لينمو، كذلك فإنَّ الروح بحاجة أن تتَّصل بالله لتتَّمو، واذكرى لها كم يعانى الغربيّون من الضياع والقلق وحالات الانتحار بسبب فقدانهم صلّتهم بالله عز وجل.

إذن يجب أن تقوّى الجانب الروحى فيها كى يكون دافعاً لها على سلوك طريق الله فى كل ما أمر ونهى، وذكرّيتها باليوم الآخر وأن حياتنا الدنيا هذه هى سبيل لحياتنا الآخرة، وأن التزامنا بفرائض الإسلام نابع من كونه دين الله الذى ارتضاه لنا، وقرّبى لها مفهوم الدين كما يلى: إذا اشترى الإنسان أى جهاز مثل تلفزيون أو فيديو أو غير ذلك فإنه يطلب من البائع كتيب التعليمات (الكتالوج)؛ ليعرف كيف يعمل هذا الجهاز وكيف يصونه ويمنعه من الأعطال، فهكذا الدين بالنسبة للإنسان ما هو إلا كتيب التعليمات الخاص بحياته كى تستمر على أفضل حال، والصانع هو الخالق جل وعلا؛ فهو أعلم بما يصلح الإنسان؛ لأنه هو من خلقه وجعل فيه الخير والشر، فلا بد للإنسان من التقيد بتعاليم الدين كى يعيش حياة طيبة فى الدنيا، ويجزيه الله خير الجزاء فى الآخرة.

ولا يفوتنى أن أذكر لك شيئاً مهماً، وهو أنها قد لا تقتنع بكلامك أنت؛ لأنك قريبة منها، وكما يقول المثل: "زمار الحى لا يُطرب"، فعليك فى هذه الحالة أن توفرى حولها جوّاً دينيّاً خارج المنزل أيضاً بصديقات أو قريبات ملتزمات معتدلات يحبين الحجاب لها دون أن ترى فيهن المتشدّات اللواتى حرمن أنفسهن من متع الحياة الحلال، فيجب أن تفهم أن الدين لا يمنعنا من التمتع بطيبات الحياة الدنيا. وعندما تجد ابنتك حولها الرفقة الصالحة، فإنها غالباً ستجذب إلى طريق التدين، وفى نفس الوقت حاولى أن تخفى من تعلقها بالصديقات اللواتى يغريها منظرهن بعدم الحجاب بدون ضغط عليها لفعل ذلك.

قد يساعد أيضاً اصطحابها إلى دروس دينية ومواعظ ترقق قلبها أو سماع أنشطة جيدة لبعض الدعاة الشباب، أو متابعة البرامج الدينية على قناة "اقرأ".

المهم عليكِ بغرس بذور الإيمان فيها، وقد عرفنا -عليه الصلاة والسلام- أن الإيمان هو ما وقر في القلب وصدقته العمل، فعليك أن تقوّي إيمانها وصلتها بربها أولاً، ثم تحضيها على العمل ثانياً.

وأجد من الواجب على أن أنبهك ألا تجبريها على الحجاب إذا لم تقتنع به من ذاتها؛ لأنها قد تضعه أمامك بينما تخلعه في غيابك، وهذا يؤدي إلى إصابتها بازدواج في الشخصية ومعاناة قد لا يظهر أثرها الآن بقدر ما يبدو بعد حين؛ بحيث تنطلق غير عابئة بأى شئ بمجرد أن تجد نفسها حرة من قيود المراقبة، وكم رأيت في الحياة من هؤلاء الفتيات اللواتي يخلعن حجابهن بمجرد وصولهن إلى آخر الشارع، فإياك أن تصلى بابنتك إلى هذه الحال، بل على العكس اغرسى فيها بذور الثقة بنفسها، وأنتك واثقة من أخلاقها، ولا أدري مدى إمكانية إفهامها أن الحجاب لم يفرضه الله على الفتاة حرصاً على أخلاقها واستقامتها، بل فرضه كي يصون المجتمع من الفساد والرذيلة؛ لأن المرأة غير الرجل، والحجاب فرض كي تختفى المثيرات عن أعين الرجال؛ فلا يروا في المرأة إلا شريكاً ونذاً لهم في الإنسانية؛ ليتم بناء المجتمع على أسس حضارية سامية، وربما يناسبها كلامى هذا عندما تصبح فى سن أكبر قليلاً.

تعديل السلوك ليس مستحيلاً

يقول أحد الآباء:

ابنى فى الثانية عشرة من عمره، تتلخص مشكلته فيما يلى:

- ١- الكذب فى بعض الأحيان، خاصة عندما يريد التملص من واجباته المدرسية التى لا يحب أداؤها رغم الظروف الحسنة المهيأة له ولأخوته اللتين لا تتهاونان عن أداء واجباتهما، فقد حصلنا على نتائج جيدة، أما هو فنتائجته تعتبر متوسطة، ومتوسط درجاته ٢٠/١٣.

٢- سرقة النقود من المنزل في بعض الحالات لأغراض نجهلها.

٣- كراهية أداء الصلاة.

مع العلم بأنى لا أضربه، وأحاول معالجة المشكلة بكل هدوء. ماذا أفعل؟؟

ولهذا الأب نقول:

من الجميل حقاً أن نحاول إصلاح أولادنا، والأجمل أن يكون ذلك في سن مبكرة، فكلما كبر المرء كانت عملية التغيير وتعديل السلوك صعبة، لكنها على أية حال ممكنة وغير مستحيلة.

نحن دائماً نطلب من أطفالنا الصدق، وإذا ما كذبوا علينا نأخذ الأمر على محمل شخصي، وكأنه أساء إلينا إساءة شخصية، والأمر أكبر من هذا، فالصدق لا يعنى عدم الكذب علينا كأبوين فقط، فأضرار الكذب تشمل الفرد نفسه والأسرة والمجتمع على حد سواء، وهذا يعنى أن من مفاهيم الصدق ألا أغش، وألا أخدع الآخرين، وألا أتحايل على المواقف، وألا أراوغ ولا أكثر من مبررات لا داعي لها، والأهم أن أكون صادقاً مع نفسي، وأن أكون شجاعاً في المواقف التي تحتاج إلى قول وفعل يجب أن يكون، باختصار أن نحيا حياة بعيدة عن الزيف.

أنا مع الرأي الذي يؤكد أن الكذب من أكبر الآفات إن لم يكن أكبرها على الإطلاق، فهو بداية لكل خطيئة وذنوب؛ لذا نفى الرسول - صلى الله عليه وسلم - صفة الكذب عن المؤمن برغم أنه لم ينفِ صفتي البخل والجبن عنه، ومشكلتك دليل على صحة ما نقول، فالكذب في حالة ابنك صاحبه السرقة.

فعليك أولاً أن تستعرض حياتك أنت، وتفكر في الصدق بمعناه الأكبر والأشمل، وهل كنت ذلك النموذج الذي يمكن أن يحتذيه ابنك أم لا؟

ثانيًا: عليك أيضًا أن تدرك طبيعة هذه السن التي دخلها ابنك، فهو على أعتاب مرحلة المراهقة، ويحتاج إلى مساعدة، وفي هذه المرحلة يعاني الأولاد من صعوبة في أن يسألوا أحدًا المساعدة التي يحتاجونها، ونجدهم يسألون ذلك بطريقة غير مباشرة قد تبدو غريبة كما فعل ابنك ولجأ إلى الكذب والسرقة. ولذلك أقترح عليك:

- بدايةً، اجلس مع ابنك جلسة هادئة تظهر فيها عاطفة الأبوة في غير تدليل قائلًا: (أنا لا أستطيع أن أفهم لماذا تلجأ للكذب والسرقة، ولكني أستطيع أن أرى بوضوح أن لديك مشكلة ما، وأنا أودّ لو استطعت أن تفصح لي عنها، وأعدك بعدم الانفعال مهما كانت أخطاؤك، المهم أن نجد لها حلاً سويًا، وإذا لم نستطع إيجاد الحل بعد المحاولة الجادة فلا مانع عندي من اللجوء إلى طبيب نفسي يساعدك)، وبالطبع تكون عند وعدك، أولاً بعدم الانفعال وإلا اعتبر ابنك أن ما تقوله كان مجرد استدراج له.
- عليك باللجوء إلى الطبيب النفسي إذا لم تستطع مساعدته وفقاً لما ننصحه به في هذه الرسالة.
- وكما أنصح دائماً كل الآباء - بإيجاد العلاقة الإيجابية بينهم وبين أبنائهم، فأنا أوصيك بالنصيحة نفسها، فلا بد أن تشاركه بعض الأنشطة، وتشجعه على ممارسة الرياضة، إلى جانب ممارسة هواية أخرى يحبها، اجعل له وقتاً خاصاً به من نفسك، كما تفعل ذلك مع جميع إخوته لتحقيق مبدأ المساواة؛ لمناقشتهم آرائهم المختلفة وأحوالهم بصفة عامة بطريقة يملؤها الحب والتفاهم دون أن تلعب لعبة الواعظ، ونظم لقاءً أسبوعياً مع أفراد أسرته تتناقشون فيه وتتبادلون الآراء في مختلف المجالات، واجعل أبنائك يشتركون في معسكر خاص بالأسرة أو رحلات يقومون هم بعملية التنظيم والإعداد لها تحت إشرافك.

- حاول أن تساعد فى أن يجد له عملاً يتكسب منه، ولا تتخيل أنه صغير السن على إنجاز بعض الأعمال التى تتناسب مع سنه وقدراته وصحته العامة، وإذا لم تجد المكان المناسب الذى يتوفر فيه ما سبق أسند له بعض الأعمال الخاصة بك، كأن يقوم بدور السكرتير أو المساعد لك، واجعله يتقاضى راتباً معقولاً، ومنه يرد ما سرقه سابقاً من المنزل.
- لا تضعه فى مواقف تلجئه للكذب أو السرقة، كما أنه لا بد من تغيير البيئة أو الظروف التى اضطرت له للكذب من قبل، فلا تروعه عندما تسأله عن أداء الواجبات مثلاً أو تلح عليه بطريقة تجعله يتملص منك بالكذب، ولكن عليك أن تعاونه فى أن يخطط وينظم وقته بحيث يستطيع مع المذاكرة أن يمارس أنشطة أخرى، وأن تعزز له كل تفوق أو كل تقدم ينجزه فى دراسته، كما يجب أن تكون على صلة بأساتذته بالمدرسة، وتحضر مجالس الآباء، وتشارك فى الأنشطة الخاصة بهذه المجالس، فهذا من شأنه أن يجعل ابنك يحس بالاهتمام به فى كل أموره.
- وبالنسبة للصلاة، فى أثناء محاولة الإصلاح بينك وبين ابنك أو فى محاولة التقارب بينكما، من الأفضل ألا تأمر ابنك بالصلاة، ولكن ضع فى حسابك فى خضم عملية الإصلاح أن تبدأ بدعوة ابنك للذهاب معك إلى صلاة الجمعة، وفى أثناء العودة اذهباً للتنزه أو تمشياً سوياً، وناقشه فى خطبة الجمعة ورايه فيها، وهل كانت خطبة لها قيمتها؟ ومدى الاستفادة منها على المستوى الشخصى وعلى مستوى المجتمع، وناقشه فى مشكلات مجتمعه، وما اقتراحاته التى يراها للإصلاح، ومدى إمكانية تحقيق هذا، واحترم ما يقول بل شجعه على التعبير، فإذا وجدت أن اقتراحاته قابلة للتطبيق فساعد على تطبيقها إن استطعت.

إن هذا الحوار سيقرب المسافة بينكما، كما أن ذلك سيساعده على استشارتك في كل أموره، إلى جانب أنك بهذه الطريقة تعلمه كيف يكون إيجابياً بطريقة واقعية لا تصيبه بالإحباط.

- بعد ذلك اطلب منه أن تصلّيًا بل أن تصلوا أنت والأسرة كلها جماعة بالمنزل في الأوقات الأخرى غير يوم الجمعة، ولا تسأله سؤالاً مباشراً هل صليت كذا؟ بل اطلب منه دائماً أن يصلّي معك في جماعة، فإذا ادعى أنه صليّ وأنت تعلم أنه كاذب، فما عليك إلا أن تسأله: أين صليت؟ فإذا قال صليت في حجرتي مثلاً فقل لقد استأثرت حجرتك بالبركة، فتعال نصلي معاً في (حجرتي أو في الصالون أو في السفارة...) لتباركها، وتحسب لك هذه الصلاة نافلة، وتصحبه من يده بابتسامة وبطريقة لا تسمح له بالكذب مرة أخرى أو بالتملص.

وأخيراً رغم أن ابنك على أعتاب المراهقة فهو ما زال طفلاً في بعض أموره؛ لذلك أنصحك بقص بعض القصص - التي تتناسب مع عقله وسنه - عن فضيلة الصدق، ولا بد وأن تشارك الأم في كل ما سبق، فأمر التربية ليس مقتصرًا على أحد الوالدين دون الآخر.

فن تعديل السلوك..

يقول أحد الآباء:

ابنتي عمرها ١٤ سنة، انغزالية وتحب الوحدة والانطواء، ودائمًا تكون سريعة الغضب لأنفه الأسباب، وتحب الجلوس وحدها في الغرفة الخاصة بها، مع العلم بأنها جيدة في الدراسة وذكية، ومنذ أن كان عمرها ١٠ سنوات كانت دائمًا تتشاجر مع إخوتها وتسبب والديها، وتشتد إلى أبعد الحدود ولا تخاف من

أحد، وكنا نضربها ضرباً شديداً جداً أنا وأمها، ولكنها دائماً ما تكون عنيدة معنا جداً، وكنا فتحنا صفحة جديدة معها أنا وأمها وتعاهدنا على ذلك، ولكنها لم تتحسن، بل زاد عنادها وإصرارها، وهى الآن لا تكلمنى من أكثر من عام ولو بكلمة واحدة.. ماذا أفعل؟ وما هو الحل؟

ولهذا الأب نقول:

ذكرت أن الفتاة سـهى فى سن ١٤ - ذات طابع انغزالى، سريعة الغضب.. إلى آخره، ولكنها تعرضت للضرب المبرح منكما لتأديبها ولشتمها والديها ولا مبالاةها... إلخ.

وقبل أن نبدأ اقتراحاتنا أشكركما على المحاولة الجميلة لبدء صفحة جديدة معها، ولكن يبدو أنكما لم تعرفا تفاصيل هذه الصفحة، وكيف تتفادان التغيير والمصالحة، وسأحاول معكما أن نتعرف سوياً على تفاصيل هذه الصفحة، ولكن لا بد أولاً أن نتعرف على خلفياتها.

ابنتك فتاة فى الرابعة عشر، وهذا يعنى أنها فى عز فترة المراهقة ومحتاجة للكثير من التفهم والصبر لتغييرها، وسنعرف بعد قليل أن الحل ليس صعباً، ولكن لا يوجد حل سريع لأية مشكلة، والنفس البشرية لا بد من فهمها جيداً والصبر عليها لتغييرها.

تمتاز الفتيات بعد سن العاشرة أو الحادية عشرة بالحساسية الزائدة والتوتر والحيرة؛ بسبب ما تتعرض له من تغيرات جسدية ونفسية وذهنية، ويزداد الأمر سوءاً إذا كانت الأم متجاهلة لهذه التغيرات، ولا تتحدث بصدقة وتفهم وصراحة مع ابنتها مبكراً عن هذه التغيرات، فالطفلة التى تتلقى حماية من كل الأخطار يفاجئها منظر الدم فى الدورة، ويولد لديها شعوراً بالخوف إذا لم تكن الأم على

وعى كافٍ برعاية ابنتها والتخفيف عنها، خاصة إذا كانت البنت تستمع إلى المعلومات بطريقة مشوهة ومخيفة من قبل زميلاتها ومحيط مجتمعتها والتي قد تزداد تفاصيلها إلى الحديث عن شئون أخرى، والدخول في دوامة العلاقة بسين الجنسين وما يليها من قصص ومشاكل، في الوقت الذي يبدو لى أنكما لا تعلمان شيئاً يُذكر عن مجتمعها المدرسى وعلاقتها به.

إن كل ما سبق هي ضغوط ابنتكما واقعة تحت تأثيرها بالفعل، شأنها في ذلك شأن أى مرافقة تمر بنفس المرحلة العمرية التي تمر بها ابنتك، وبالتالي فهي تحتاج إلى دعم وصبر وتفهم، هذه الضغوط يزداد تأثيرها على نفسياتها إذا ما تعرضت للضرب والنبد والانتقاد من قبل الوالدين ومجتمعها الأسرى، أضف إلى ذلك أنها قد تتعرض لمشكلة مع معلماتها أو أقاربها.

إن فتح هذه الصفحة الجديدة يتطلب منكما: الوعي بطبيعة المرحلة التي تمر بها ابنتكما، والبحث عن الأسباب الأخرى للمشكلة. ولكن المشكلة الرئيسية تكمن فيكما أنتما أيها الوالدان؛ فمن الواضح أن طفلكما كانت تتعرض منذ الطفولة إلى الانتقاد أو الإهمال، وأعني الإهمال العاطفى بالدرجة الأولى، إن هذا الإهمال حينما يكون من جانب الوالدين ينمى لدى الطفل شعوراً بعدم الجدارة بالاهتمام، وينظر الطفل إلى نفسه على أنه ليست له أهمية ليُعتنى به، وقد يكون بين والدين يجلسان فى المنزل، ولكنهما غائبان فى شئونهما، ولا يفكران حتى بالجلوس مرة واحدة مع طفلهما والحديث معه حول همومه ومشكلات حياته وأصدقائه، فيشعر بالثقة والاستناد إلى والديه والشعور بالأمان النفسى. وهذا ما أعنيه بالإهمال العاطفى.

إن ما ذكر من مشكلات لابنتك هي أعراض لمشكلة أساسية، فهي انعزالية، سريعة الغضب، تشتم والديها، تتشاجر مع إخوتها، عنيدة... إلخ، وطرح الحلول الآن يحتاج إلى تفهمك وتفهم والدتها لكل حل، فلن نقدم حلاً لكل مشكلة على

حدة، ولكن ما سنقدمه سيساعد على التلاشى التدريجى لهذه المشكلات واحدة تلو الأخرى، المهم المثابرة وعدم اليأس إذا ما عادت إلى القيام بنفس الأعمال، فلا بد أنها ستنتهى يوماً ما، ولكن لا بد من العزم على ذلك حتى لا تزداد المشكلة تعقيداً مع الزمن.

وإليك بعض القواعد التى تساعدك على ذلك:

القاعدة الأولى: أحب ولدك بتغير :

نعم، أحبه بصدق وبلا شروط، فلا تربط محبتك بأن يتأدب أو يتوقف عن الشتم والعناد، فالمحبة الصادقة، والحنان، والعطف، وإظهار ذلك بالحركات والتواصل الكلامى وتعبيرات الوجه له أثر كبير فى نفس ابنتك، وابدأ من اليوم، تناس كل ما عملته خلال النهار، قل لها تصبحين على خير يا حلوتى الصغيرة..، "تغطى جيداً"، و"احلمى أحلاماً سعيدة".. افعلها مرة، وتخيل أثرها عليها.. جرب ذلك لمدة أسبوع وستلمس الفرق فى سلوكها.

يجب علينا نحن كآباء أن نكسر حاجز العاطفة الجامد، وأن نتجرأ ونتكلم بالعبارات الحلوة لأبنائنا.. إنها كلمات سحرية تجعلهم يشعرون بأنهم يستحقون هذه المحبة وهذا الاهتمام.

القاعدة الثانية: إن المحب لمن يحب مطيع:

نعم، لذا عليك بالتعامل معها بثقة، والتأاور معها دائماً بصيغة ودودة مشفقة لا غاضبة أو ناقمة حين تخطئ، واستشارتها فى شئون العائلة ولو فى أبسط الأشياء كالمشتريات، ومشاركتها الحديث والصحة تدريجياً فى السهرة العائلية؛ التى تقرب أفراد الأسرة من بعضهم البعض، وأحاديث السير فى الطريق أو فى النادي، واصطحبها إلى الأماكن التى تحبها.. كل ذلك دون محاولة تناول أخطائها أو الإشارة إليها، فهى ستفهم وحدها وسوف تساعدك فى تعديل سلوكها.

القاعدة الثالثة: الاحترام:

أول مفاتيح القلوب احترام ما يحترمه الآخر في نفسه، وتفقد أحواله، فالمساهمة في حل مشكلاتها المدرسية، واحترام خصوصيتها وفرديتها، وتشجيعها على ممارسة هوايات ممتعة يحسن من مزاجها، ويضفي الراحة والسعادة على حياتها اليومية.

القاعدة الرابعة: ثقافة الحب:

لابد من تعليم الأبناء تعظيم نموذج الأبوين، من خلال إظهار مشاعر المحبة لبعضهما أمام أبنائهما، فالأولاد يتأثرون إيجابياً بذلك، وعليكما إظهار التعامل مع الآخرين على عكس ما لديها من سلوك غير مرغوب فيه، فإذا كانت عنيده يجب أن تظهر التعاون والتسامح، وإذا كانت تشتم يجب أن تظهر الأدب الجم في وصف الآخرين، وإذا كانت انغزالية يجب أن تظهر الروح الاجتماعية ومحبة الآخرين، وسوف يتعدل السلوك بعد وقت كافٍ، ولكن لابد أن تستمر وتغيرا من طريقة تعاملكما اليومي ولا تطلبا منها ما لا تفعلانه أنتما.

القاعدة الخامسة: استثمار الإيجابيات علاج للمنغصات:

احرصا على تقديم التشجيع والمكافأة لها على تفوقها ومواهبها وإبراز محاسنها، فلا شك أنها ليست كلها أخطاء ومساوئ، وأكد على ضرورة استبعاد الضرب في علاج أى موقف وتحت أى ظرف؛ لأنه يزيد مشكلاتها تعقيداً، ولكن يجب أن نبدي -أحياناً وبحزم- انزعاجنا من الشتم.

واعلما أن العقاب بعدم الكلام مع البنت لساعات محددة أبلغ من الضرب، ولكن لا نبالغ في أى نوع من أنواع العقاب، والأولى حل المشكلات بالتفاهم وبالكثير من المودة وحسن الاستماع.

التعرف على مرحلة البلوغ

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى فى الرابعة عشر من عمرها، لها أخت توعم، والموضوع باختصار أنها حينما حاضت قبل أختها كانت طبيعية، ولكن بعد عدة أشهر حاضت أختها، وعند ذلك أصبحت تخفى موعد الحيض ولا تحب بل تكره- أن يعرف أحد أنها حائض، حتى أنها تتظاهر أحياناً بالوضوء... ما رأيكم؟

ولهذه الأم نقول:

إن ما تفعله ابنتك ناتج عن غياب التوجيه الجنسى والتربية الجنسية إن صح التعبير، والتي تهين البنت لاستقبال هذه المرحلة المهمة فى حياتها، والتي تحفل بالتغيرات الشديدة، التى تفاجأ بها الفتاة، وتضطر للتعامل معها بما يهدها تفكيرها إليه أو كما توجهها بعض زميلاتهن، وهى عند ذلك عرضة للتصرف الخطأ أو المفهوم الخطأ، خاصة بالنسبة لمسألة الحيض؛ حيث يمكن أن يتكون لدى بعض الفتيات مفهوم أنه شئ معيب يجب أن تخفيه أو نقص يجب ألا تظهره؛ وذلك طبعاً لغياب التوجيه السليم والذى يجب أن تقوم به الأم قبل فترة مناسبة من حدوث الحيض، كدلالة على بلوغ الفتاة لسن المراهقة.

ويكون ذلك التوجيه مع ظهور العلامات الجنسية الثانوية، مثل ظهور الشعر تحت الإبط والعانة وبداية ظهور الصدر؛ حيث يكون ذلك إشارة لقرب حدوث الحيض فتقوم الأم بإعداد الفتاة نفسياً لذلك، بأن تجلس إليها وتخبرها أن ظهور العلامات الثانوية بداية لانتقالها من مرحلة الطفولة إلى مرحلة جديدة هى البلوغ.

وتبدأ الأم في شرح كيفية حدوث البلوغ من تغيرات هرمونية في الجسم، وما يتبعه من تغيرات جسمية أنثوية، ثم ما يطرأ على الجهاز التناسلي من تغيرات، والتطور الذي يحدث، وكيفية حدوث الحيض، وكيف أنه الاستعداد الشهري للرحم لاستقبال المولود أو البويضة الملقحة التي سوف تصبح مولوداً، وكيف أن هذه التغيرات كلها تحدث إعداداً للمرأة لأداء دورها العظيم في الحمل والولادة من أجل استمرار النسل وتكاثره؛ لتحقيق رسالة خلافة الله - سبحانه وتعالى - في الأرض. وأن هذا هو الغاية من تركيب المشاعر الفطرية الطبيعية في الانجذاب بين الرجل والمرأة، وتحدثها عن طبيعة هذه المشاعر وسمو وظيفتها بحيث يصبح الجنس مصدراً للمتعة، ولكنه يؤدي أسمى رسالة يقوم بها الإنسان وهي خلافة الله في الأرض؛ ولذا يجب أن تحافظ على هذه المشاعر وتحفظها ليس لأنها عيب أو قذرة، ولكن لأنها مشاعر سامية لها رسالة عظيمة؛ وبالتالي فهي لا يجب أن تخجل مما يحدث بها من تغيرات، ولكن تتعامل معها بطريقة طبيعية كمرحلة في حياتها تمثل نقلة جديدة في حياتها كجسر لدخولها مرحلة الشباب.

وبعد ذلك تشرع الأم في تعليمها الجوانب الشرعية للحيض، وكيف تتعامل معه، وكيفية النظافة الشخصية أثناءه، وكيف تتطهر منه، وما يترتب على ذلك من أحكام شرعية بالنسبة للصلاة والصيام ومس المصحف وغير ذلك.. وتتابعها عن قرب، وتجيبها على أسئلتها التي ترد على ذهنها بعد هذا الحوار بدون حرج وبصورة مفتوحة تماماً، ولا تتحرج من أي معلومة أو تكذب فيها؛ لأن البنت إذا شعرت أن الأم لا تعطيها المعلومة كاملة فإنها ستبحث عنها وتصل إليها من مصدر آخر لا نعلمه، سيقدم لها المعلومة محملة بالأخطاء والعادات السيئة والضارة، ولن نستطيع وقتها أن نعلم ماذا سيقول لها هذا المصدر والذي غالباً ما تكون زميلاتها.

ولابد أن تجعل الأم المجال مفتوحاً بينها وبين ابنتها، بحيث إنه مع حدوث الحيض لأول مرة تكون الأم بجانب البنت تطمئننها وتذكرها بما قالتـه من معلومات وتطبقه معها بطريقة عملية، فتشعر الفتاة بالاطمئنان والثقة، وتشعر أن ما تمر به تغيرات طبيعية لا تستحق القلق أو الخجل، وهى أخطر مشاعر تشعر بها الفتاة فى هذه السن.. بعدها تكون الأم بجوار الفتاة لأى مستجدات فى هذه الفترة مثل العادة السرية أو المشاعر ناحية الجنس الآخر، حيث إن ما سمعت الفتاة من أمها من كلام نظرى بدأ يظهر أمامها، فينتج عنه تساؤلات عديدة يجب أن تكون الأم مستعدة لها بغير تخوف؛ حيث تلجأ بعض الأمهات للتخلص من هذا الموقف إلى التعامل مع الجنس وقضاياها كشئ محرم لا يجب الاقتراب منه أو عيب لا يصح الحديث فيه، فيكون أمام الفتاة أحد اختيارين كلاهما خطير:

- إما أن تتوقع على نفسها ويدخل فى عقلها أن الجنس عيب أو أمر قذر أو شئ لا يصح الحديث فيه، ويتكون لديها موقف نفسى مضاد للجنس، أو خوف من ذلك المجهول يؤثر على علاقتها الجنسية مع زوجها عند الزواج، خاصة وأن هذه الأم سيستمر موقفها مع هذه البنت بنفس الصورة حتى عند زفافها، ولن تحدثها فى هذا الأمر أو ما يجب أن تعلمه أو تعرفه عن هذه الليلة، فتستمر مشكلة البنت حتى تتحول إلى أزمة كبرى فى حياتها.
- أو الموقف الآخر وهو أن تغرى هذه الصورة الغامضة التى تقدمها الأم عن الجنس أو ذلك المحرم الذى لا يجب الاقتراب منه البنت أن تخوض غمار ذلك المجهول بحثاً عن هذه المعلومة الغائبة، وتحصل عليها من أى مصدر، ويكون لديها شغف أن تسمع وتقرأ، بل وتجرب هذا العالم المجهول الذى لا يتحدث عنه أحد إلا سرّاً، فى حين أن الأم لو تعاملت مع الأمر ببساطة، وشرحت الأمور لابنتها ووضحت لها كل ما تسأل عنه، كتعبير عن أن

الجنس عملية طبيعية في حياة الإنسان يمارسها مثل ما يمارس أى شئ طبيعى فى حياته، بشرط أن يكون ضمن الضوابط والقواعد الشرعية، حيث يكون الزواج هو الوسيلة والطريق لذلك، وفيما عدا ذلك فإن مضمون الأمر وأحداثه أمر عادى لا يتسم بهذا الغموض أو التحريم.

وهنا يكون دور الأم الواعية استكمالاً لتربيتها الجنسية الصحيحة لابنتها، والتي ستكون أمراً طبيعياً فى سياقه المعتاد وهو أن تهئ ابنتها لاستقبال مرحلة الزواج، سواء أثناء عقد الزواج وما هو مسموح به وما هو غير مسموح به، وما ستشعر به من مشاعر وما سيحدث من تغيرات، وما يترتب على ذلك أيضاً من أحكام شرعية، ثم الاستعداد لليلة الزفاف وطمأنة البنت لأحداثها، ولفض غشاء البكارة كحدث سيمضى سلساً عادياً مثلما مرت بها كل أحداثها الجنسية السابقة، وكيفية تهيئتها لزوجها، وكيف تستمتع وتمتع زوجها فى إطار من النظافة والصراحة والتعليم المنضبط.

هذا ما تحتاجه بناتنا من تهيئة للدخول إلى مرحلة المراهقة.. وإذا لم تكن حدثت فالوقت لم يفت بعد، ويمكن استدراك ما لم يتم بهدوء، وإذا لم تكن الأم مستعدة لذلك فلنتسلح بالقراءات التى تعينها على ذلك، خاصة المعلومات التشريحية والفسولوجية الخاصة بالجهاز التناسلى للأنثى، وأيضاً تفاصيل المعلومات الفقهية.. وهكذا تنشأ بناتنا سوياً نفسياً من هذه الناحية.

بين اللين والشدّة.. أين العلاج؟

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى التى أنجبته بعد ثمانى سنوات من زواجى، عاشت طفولة مدللة فالكل يلبي طلباتها ورغباتها ولا نخاصمها ونحبها جداً، وهى كانت فتاة مطيعة

ومؤدبة، ولكن بمجرد بلوغها الحادية عشرة بدأت فى عصياننا، وعدم سماع الكلام، والعناد الذى يفقدنى صوابى أحياناً، وبدأت تصرفاتها تزداد سوءاً يوماً بعد يوم، وهذه بعض تصرفاتها:

صراخها كثير، خاصة عندما لا نلبى لها طلباً فإنها تصرخ وتشد شعرها، لا تحترم أباهـا ولا تسمع كلامه، لا تذاكر دروسها ومهملة فى واجباتها وأغراضها ونظافتها الشخصية، فهى لا تستحم إلا مرة كل شهر، تحب المال حباً شديداً وتريدنا أن نلبى لها جميع طلباتها وأحياناً أجد معها مالاً، ولا أدرى من أين أحضرته وعندما أسألها تتهرب من الجواب، وتقول لا أحب أن يسألنى أحد هذا السؤال، تهتم جداً بالموضة والمكياج وتعجب بالفتيات السيئات وتقلدهن، تحب الخروج وحدها إلى السوق وغيره، ولا تعمل فى المنزل أبداً.

والمشكلة الأكبر أنها تتبول لاإرادياً أثناء الليل منذ مدة طويلة، وقد عرضتها على الطبيب فأعطاهـا دواء وطلب تخفيف وزنها، الذى وصل ١١٢ كيلوجراماً مع أن عمرها أربعة عشر عاماً، أفيدونى وأرشدونى فقد عاملتها بلين فازدادت دلالاً، وعاملتها بالشدة فازدادت عناداً، أرجو أن تفيدونى فى طريقة معاملتها فأنا أحبها وأريدها أن تكون أفضل فتاة.

ولهذه الأم نقول:

لقد بدأت ابنك فى التغير مع دخولها سن المراهقة، فلم تعد تلك الطفلة المدللة الهادئة المطيعة، بل إن معاملتها على هذا الأساس تسبب غضبها ورغبتها فى تغيير هذه الصورة عن نفسها.. إنها تريد أن تصرخ من خلال تصرفاتها المتمردة، وتقول إننى "لم أعد هذه الطفلة المدللة، إننى إنسانة جديدة صاحبة ذات وكيان مستقل؛ ولذا فإننى لن أفعل أى شئ مما تقوم به هذه الطفلة".

ويزداد الأمر سوءًا عندما تقع فيما أسميه التطرف التربوي فإما لين وإما شدة، وكما تقولين في رسالتك فاللين والشدة يجعلان الأمر يزداد سوءًا؛ لأن الحلول التربوية أو التعامل التربوي ليس ليناً أو شدة هكذا ببساطة وسطحية... عندما تفهم الأم أنها تتعامل مع فتاة مرافقة فهذا يحل نصف المشكلة، وعندما تتعلمين كيف تتعاملين معها فهذا يحل النصف الآخر، والكلمة السحرية فى التعامل مع المرافقة هى "الصداقة" بمعنى أن نصادق ابنتنا المرافقة، وهذا لا يعنى أن ندللها أو نتبسط معها، بل معناه أن نتواصل معها فى إطار من الحوار والتفاهم.. أن نشعر أننا نحترم ذاتها وشخصيتها، وأنها تتعامل معنا على أساس أنها شخصية مستقلة ذات احترام وليست طفلة مدللة نلبي لها طلباتها.

وهذا الأمر لن يكون بين يوم وليلة، بل يحتاج إلى وقت وصبر حتى تستطيع الوصول إليها وكسب ثقته كصديقة؛ لأنك لن تذهبي إليها فجأة وتقولى لها تعالى لنصبح أصدقاء، بل لا بد وأن تلمح هى تغيراً فى طريقة معاملتك لها فتكفين عن نقدها ورؤية عيوبها، وهذا يحتاج إلى صبر وحكمة، وتتهزبن المواقف لكى تثبتى لها أنك تفهمينها وتتعاطفين مع مشاعرها، بل وتقدرين هذه المشاعر، وربما يبدأ ذلك بالبحث عن النقاط الإيجابية فى شخصيتها لامتداحها وتطويرها والدخول من خلالها إليها.. وبدلاً من رؤية العيوب ابحتى عن المميزات، ولا شك أنك ستجدين الكثير الذى تبدئين به وتبين عليه.. أظهرى استعدادك للسمع منها دون انتقاد ودون أن تشعر أنك تحكين للآخرين عنها واحترمى أسرارها.. وربما تكون بداية التواصل فى حوار معها حول طبيعة المرافقة وما يحدث فيها من تغيرات.. وربما تكون بداية النقاش حول حبها للماكياج والموضة، ليس من باب الانتقاد كما تفعلين بل من باب إحساسها بالمشاركة فى هذا الاهتمام والتساؤل عن هذا التغير، وربطه بسن المرافقة وما فيه من تغيرات، وعندها أيضاً سيكون الحديث عن النظافة الشخصية كأحد

صور الجمال والاهتمام مدخلاً طبيعياً مع الحديث عما يستوجه سن المراهقة من تعاملات شرعية مثلاً على مستوى النظافة بصورة عامة والطهارة بصورة خاصة.

إننى أقدم مجرد نماذج واقتراحات لنقاط بداية.. وما تريته سلبيات يمكن أن يكون بداية لحوار بناء متدرج ذكى حكيم يجعل هذه الفتاة تشعر بتفهمك لها وشعورك بها وأنت تجيبين على ما بداخلها من أسئلة.. بل وتساعدنيها -من غير أن تشعر- فى اتخاذ قرارات هى تحتاج لها ولا تستطيع ولا تريد أن تسأل حتى لا تشعر بالعجز، إنها منظومة تحتاج إلى ذكاء شديد فى التعامل مع هذه النفسية التى تريد أن تشعر بذاتها وترفض السيطرة وهى -فى نفس الوقت- ما زالت بحاجة للمساعدة.

إذا حققت هذه المعادلة الصعبة من الصداقة المتفهمة من خلال الحوار المستمر مع فتح كل القنوات، فكل مذكرته من مشاكل سيصبح مطروحا للحوار والتعامل والإصلاح وسوف تشعر هى أنها تريد أن تتغير؛ لأنها ستدرك وقتها أن ذاتها المستقلة لن تكون فى التمرد والرفض بل فى التفاعل مع هذه الصديقة الأم.. ستجدينها هى التى تأتى وتشكو لك زيادة وزنها وتطلب منك مساعدتها فى عمل برنامج غذائى لذلك؛ لأنها لن تجد حرجا عندها فى الكلام مع صديقتها فيما يؤلمها وتخفيه وراء هذه التصرفات، ستجدينها هى التى تأتى وتطلب منك أن تساعدك فى أعمال البيت؛ لأنها تريد أن ترضى هذه الصديقة وتشعر أنها تسعدها.. ستجدين صيغة أخرى للاتفاق على ما تريده من طلبات وستبادر بإخبارك بمصدر الأموال التى معها حتى ولو كانت من مصدر خاطئ؛ لأنها ستعتبر ذلك سراً تفضى إليك به من أجل مساعدتها للخروج من المأزق.. وإذا أراد الأب أن يحصل على تقديرها واحترامها فلا بد أن يكون له نفس الدور،

وأن يساعد معك فى رسم خريطة الصداقة معها، بل إن فرصة الأب فى أن يسبقك فى الحصول على صداقتها أقوى من فرصتك إن هو أحسن احتواءها واستيعابها...

والخلاصة.. أن التعامل مع ابنتك لا يصلح أن يكون بالقطعة، أو بطريقة أنها عبارة عن مجموعة من المشاكل التى تحتاج إلى حل، بل بالنظر إليها كمراقة تمر بمرحلة سنّية حرجة تحتاج للفهم والإدراك والاستيعاب، وما تسميه مشاكل ما هو إلا مظاهر لهذه المرحلة إن أحسنت التعامل معها مرت بسلام، وخرجت بفنّة سليمة وسوية.

أنا أنثى.. هل فى هذا غرابة؟

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى تبلغ من العمر ثلاثة عشر عامًا، لاحظت فى الفترة الأخيرة أنها تهتم بمظهرها الخارجى كثيرًا، ويزداد هذا فى وجود الجنس الآخر، كما أن علامات الخجل تبدو على وجهها عند الحديث عن أى شاب، وقد أصبحت ابنتى متعلقة جدًا بالإنترنت مما زادها عصبية، وحينما أسألها عما تفعله، تظهر معالم الارتباك على وجهها، مع العلم أن هذه الأمور غير متواجدة فى أختها بل فيها فقط، مع أننى لا أسمح لها بمشاهدة الأمور المنافية للأخلاق، وأستفسر دائمًا عما تعمله. كيف أعالج ابنتى قبل أن تتحرف.

ولهذه الأم نقول:

لا شك أنك سمعتِ أو قرأتِ شيئًا عن مرحلة المراهقة، ولا بد أنك تعرفين شيئًا من المظاهر النفسية التى ترافق المراهق.

فما يظهر لك من ملاحظات حول ابنتك طبيعى جداً؛ فالمراقبة تبدأ البحث عن ذاتها الأنثوية وتتجه تلقائياً للجنس الآخر لتوافق أنوثتها التى وصلت إليها فى هذه السن. وأود أن أطلب منك بداية قراءة بعض الموضوعات التى تناولت خصائص سن المراهقة التى تمر بها ابنتك الآن؛ فسوف تقرب لك ما أقدمه لك من نصائح وإرشادات للتعامل مع ابنتك.

وأنصحك بما يلى:

١- إياك وعقد المقارنة بين ابنتك وأختيها؛ فلكل واحدة من بناتك نسيج من العواطف والمشاعر والأفكار يختلف عن غيره من الأنسجة؛ ولذلك فمن الصعب أن نطلب منها أن تكون مثل أختيها، فنحن نطلب منها المستحيل لكن ما نريده لها هو أن تصل تصرفاتها وقناعاتها إلى بر الأمان كما وصلت أختها من قبل.

٢- اهتمام ابنتك بمظهرها طبيعى جداً، بل بالعكس سأطلب منك ما لا تتوقعين.. عززى عند ابنتك مظاهر أنوثتها، وأشعريها أنك تهتمين بجمال مظهرها وحسن ترتيبها واعتنائها بنفسها، ولكن وجهى هذا الاهتمام إلى الحدود الشرعية.. كيف؟

على سبيل المثال اشترى لابنتك ملابس جميلة وجذابة، ولكن علميها أن هذه الملابس الجميلة لا نسمح لأحد بمشاهدتها على أجسادنا الجميلة إذا لم يكن من المحارم، علميها أن جمال الفتاة لصاحب الحظ السعيد بالحلال، وليس لمن أراد أن يتسلى بالنظر إلى جسمها الجميل، ومرة بعد أخرى أشعريها بغيرتك عليها واهتمامك بها، وأوصلى لها الرسائل الإيجابية عن نفسها، فمثلاً قولى لها: (أنت فتاة جميلة ومؤدبة ومحافظة.. وأعرف أنك تراعين الله فى لبسك ومنظرك وعلاقاتك مع الآخرين).

وبالتوازي مع ذلك أوجدى الفرص التى تتمتع فيها بمظهرها الأنثوى فى حدوده الشرعية وسط زميلاتها فى حفلات خاصة بها وبهن تكون فرصة لهذا التمتع، وتكون فرصة للتعرف على زميلاتها وإمكانية التأثير فيهن والتأثير فيها من خلالهن، والتعرف على أمهات هؤلاء البنات والتشاور معهن فى صالح بناتكن، وبمناسبة هذه الحفلة اصحبها فى رحلة اختيار الفستان الذى سيجعلها أميرة الحفل، وأنت تثنين على جميلتك تلك الحوراء التى تلتزم بشرع الله الذى يعلم احتياجاتنا ويضع القواعد للتعبير عنها حماية وصوناً لنا. وكلما اقتربت منها زادت ثقته بك، وتلقائياً ستفصح لك عما فى نفسها من مشاعر.

٣- وماذا بعد أن تفصح لنا بأسرارها؟ إياك والتوبيخ المباشر أو تقليل القيمة أو الإهانة أو الغضب المتسرع.. لابد أن تشاركها التفكير والمشاعر، وتذكرى أنك فى سنها قد مررت بتجارب عديدة مع الشباب أو غيرك مر بها، واسردى لها ذلك حتى توصلى لها أنك تفهمين طريقة تفكيرها، بل وتشعرين بما تشعر هى به.

٤- وماذا بعد أن نشاركها المشاعر والأفكار؟ عليك بفتح قنوات الحوار معها، والحوار لا يعنى خمس دقائق ثم ينتهى، بل يعنى الحوار المتواصل الهادف البناء.. إياك أن تقدمى لها النصائح أثناء الحوار، بل اجعلى النصائح بصيغة الأسئلة التى ستجيب هى عنها، وبالتالي تكون النصيحة قد انطلقت من كلامها هى وليس منك أنت، وإياك وإدراج الأوامر والنواهى، بل توصلى معها عبر الحوار لقناعات مشتركة.. واطلبى منها أن تقنعك بوجهة نظرها، فإن أقنعتك وافقت على تصرفها، وإن لم تقنعك فلا بد أن تبدأ هى بتغيير قناعاتها، ومن هنا يبدأ الحل، فإن تغيرت قناعاتها كان التغير فى السلوك سهلاً.

وأتساءل هل تتركين لها المجال لتصفح الإنترنت دون مراقبة؟ أو السؤال الأكثر وضوحاً: هل تحاسبين ابنتك على خطأ وقع منك أنت؟ فنحن من سمحنا للإنترنت بغزو حياة أبنائنا؛ فكيف نحاسبهم على ذلك؟

حبذا لو جلست مع ابنتك، وأخبرتها عن معلوماتك حول ما يمكن مشاهدته من منطلق حدود الله تعالى التى أمرنا بها ووضع رقابتها فى أعناقنا؛ فهو المطلع على خائنة الأعين وما تخفى الصدور؛ ولهذا فسوف تتركين لها هى الأمر لتحدد الصالح من الطالح، ولن تراقبها أو حتى تمنعها؛ فهذا صلة بينها وبين الله، بالإضافة إلى أنك تتقين فيها.

أما تعلقها بالإنترنت وعصبيتها فهذا يعنى أن هناك سرّاً فى الإنترنت يجعلها هكذا، ولتكن هى من يخبرك بذلك.

وأخيراً.. استعيني بالدعاء إلى الله سبحانه؛ فتربية الأبناء تحتاج إلى توفيق كبير من الله عز وجل، وابتعدى أنت عن معاصى الله لتكون ابنتك فى حرز معك من المعاصى، ولا تبخلى على نفسك بالجلوس فى الثلث الأخير من الليل بين يدي الله سبحانه، واطلبى منه الهداية والتوفيق للأبناء.

أمى.. ارحمى أنوثتى

تقول إحدى الأمهات:

ابنتى البالغة من العمر ستة عشر عاماً، فى الصف الثانى الثانوى، مشكلتها صعبة، فقد تغيرت كثيراً منذ سفر أبيها للخارج؛ فأصبحت متمردة وعنيدة وعصبية لأتفه الأسباب، وعندما أكلمها تصرخ فى وجهى، وعندما أدخل عليها الغرفة أراها تكتب رسائل، وعندما أريد أن أقرأ هذه الرسائل تصرخ فى

وجهي، ولا تقبل ذلك، ومن قبل كانت لا تسمع أغاني، أما الآن فتسمعها، وتقول: "كل الشباب في سنى يسمعون أغاني"، وكلمما أنصحها تقول لى: "نصائحك خليكها لك.. احتفظى بها لنفسك"، منذ أيام وهى فى المدرسة قرأت بعض رسائلها فوجدتها تحتوى على حب و غرام، كما أنها تحتفظ بكتاب أسمته "مذكرات مرآة" تسجل فيه كل ما يحدث معها من أحداث حزينة أو سعيدة تحتفظ به فى مذكراتها، أهملت دراستها كثيراً، حتى إن مستواها الدراسى أصبح ضعيفاً، الآن أنا أراقبها بشدة، ولكنها تتمرد كثيراً.

وفى إحدى المرات ضربتها، وكانت أول مرة أضربها فى هذه السن، فبكّت كثيراً، وذهبت إلى غرفتها، وأصبحت حالتها مأساوية جداً، أرشدونى كيف أتصرف مع هذه الفتاة؟ أريد أن أصبح صديقتها.. ولكنها لا تقبل؟ ماذا أفعل معها؟

ولهذه الأم نقول:

أبدأ رسالتى بآخر جملة ختمت بها رسالتك، وهى: "أريد أن أكون صديقة لابنتى، ولكنها لا تقبل".. فهل سألت نفسك عن سبب رفضها لهذه الصداقة؟ ولماذا كل هذا العناد والتمرد والعصبية الصادرة منها؟ وحتى لا تتحيرى كثيراً فى الرد على هذين السؤالين سأساعدك فى الإجابة بما ورد فى رسالتك:

ذكرت -سيدتى- أن "ابنتك" لا تقبل نصائحك للدرجة التى جعلتها تصرح لك بهذا بطريقة غير لائقة، كما ذكرت أنك حينما دخلت عليها حجرتها فوجدتها تكتب مذكراتها وأردت قراءة هذه المذكرات، فما كان منها إلا أن صرخت فى وجهك، ولم ترضَ بالطبع - أن تقرئها، كما ذكرت أنها لا تحكى لك ما بداخلها، كما ذكرت أنك تراقبها وبشدة، على حسب تعبيرك... فهل هذا كله يتفق مع أدنى مبادئ الصداقة التى تريدن تكوينها مع ابنتك؟

معذرة سيدتى- إذا قلت لك: إنك لا تريدین صداقة ابنتك.. بل تريدین أن تكون ابنة مطیعة لا تعصى لك أمراً، ولا تعترض على شئ ضد رغبتها كما كانت تفعل وهى صغيرة.

باختصار إن هذا التمرد، وهذا العناد، وهذه العصبية.. إنما هى تعبير من ابنتك عن مدى غضبها، وكأنها تريد أن تقول لك: "يا أمى لقد كبرت، وأصبحت أحمل من ملامح المرأة أكثر مما أحمل من ملامح الطفلة الصغيرة التى تصرین أن تتعاملی معى على أساسها".

سيدتى.. إنك لم تنتبهی إلى أن ابنتك قد كبرت، وأصبحت فى مرحلة المراهقة، وهذه المرحلة لها خصائص وسمات ومتطلبات معينة إذا أغفلناها كانت العواقب وخيمة وخطيرة. ومن أهم سمات هذه المرحلة: الاستقلالية، وإثبات الذات، والخصوصية... وأنت لم تقدّرى كل هذا فى ابنتك، ولم تنقهى احتياجاتها فى هذه السن الحرجة.

وبالتالى يتلخص حل المشكلة فى أنك لا بد أن تتعرفى على طبيعة هذه المرحلة وتتعاملی مع "ابنتك" على أنها أصبحت فتاة على وشك أن تصبح امرأة كاملة النضج، تحتاج إلى الالتفات إليها فى هذه الأمور، ولو كنت خائفة عليها، وأردت حقاً أن تستردى ابنتك وتكسبى صداقتها؛ أقترح عليك أن تفعلی ما یلى:

- كفى تماماً عن تقديم النصح لها بهذا الشكل المباشر الذى يستفز الفتیات والأولاد فى هذه السن.
- احترمى خصوصيتها، ولا تحاولی أن تنقضى عالمها بهذا الأسلوب الذى استخدمته فى محاولة قراءة مذكراتها.

- تحدثى إليها بصدق وود، قائلة لها: (أنا أعرف أنك ربما تكونين غاضبة منى؛ لأننى أتعامل معك على أنك طفلة صغيرة ما زالت تحتاج إلى التوجيه والنصح، ولكن هذا يرجع إلى خوفى عليك، وقد راجعت نفسى فوجدت أنه ما كان ينبغى لى أن أفعل هذا معك.. والآن تعالى لنفتح صفحة جديدة، وتقى أنك إذا أردت أن نتحدثى فستجديننى على أتم استعداد للاستماع إليك فى أى شئ ترغبينه)، واطريها بعد ذلك بابتسامة تفهم من خلالها أنك تشجعينها على الحديث معك دون ممارسة أى ضغط، ولبداية عهد جديد بينك وبينها، قوامه الحب والتقدير والتفاهم والصدقة.
- حينما تقرر ابنتك أن تتحدث معك لا تنتهزها فرصة لتحولى الحوار إلى نصح وإرشاد وما يصح وما لا يصح، بل استمعى لها بصدر واسع، وب عقلية تتفهم طبيعة ما تمر به ابنة فى مثل سنها فى ظروف تختلف كثيرًا عن الظروف التى تربيت أنت عليها.
- حاولى أن تجعلى الحوار الذى يدور بينك وبينها مرحًا لطيفًا بعيدًا عن الاستجواب أو الاستدراج.. فلا يكون الهدف من الحوار معرفة ما إذا كانت تخفى عنك شيئًا، حتى إذا كشفته لك فلا تبدئى فى لومها وعتابها أو فى النصائح بطريقة مباشرة؛ فتهرب منك مرة أخرى، وفى هذه الحالة لن تعود إلى الحديث معك مرة ثانية أبدًا؛ لأنها ستأكد أنك فى وادٍ وهى فى وادٍ آخر، وأنك لم تكونى صادقة معها، حينما قلت لها: (إننى أريد أن نكون أصدقاء).
- حينما تسمعين منها أثناء حواركما شيئًا ما يذكرك أو خطأ ما تفكر فيه أو ما ارتكبته بالفعل.. حاولى أن تذكرى نفسك بعدم التعليق على هذا الخطأ فى أثناء هذا الحوار، واكتفى فى بداية إصلاحك للعلاقة بينكما أن تستوعبى فقط

كل مشاعرها وكل أفكارها وكل سلوكياتها، مهما كانت خطأ؛ حتى تطمئن أنك لا تتصيدن لها الأخطاء، وأن علاقة الصداقة التى حدثتها عنها وأردت أن تُقام بينكما لم تكن فحاً أو شَرَكًا لاستدراجها للاعتراف بأخطائها.

- وبعد أن تتأكدى من متانة وقوة العلاقة بينكما -وهذه المرحلة ستستغرق وقتاً ليس قليلاً.. فربما تستغرق شهوراً، لا تتعجلى النتائج؛ فالإصلاح وترميم الأشياء يستغرقان وقتاً أطول وجهذاً أكثر من البناء والتشييد- ابدئى فى لعب دور الأم النصوح، لكن بشرط ألا يكون ما تقولينه وعظاً مباشراً أو نصيحة صارخة تفقدك كل مكسب كسبته فى الفترة السابقة مع ابنتك، وسيكون ذلك من خلال تفهم وتقدير لما تصرح به؛ كأن تقولى لها -تعليقاً على بعض الأخطاء وليس كلها أو تعليقاً على أمر ترغب ابنتك أن تستشيرك فيه-: (تعالى نفكر سوياً هل ما نرينه أو ما تفكرين فيه أو ما صدر منك سليم أم لا؟ ولنفكر فى عواقبه بطريقة منطقية بعيدة عن العصبية أو الحدة...) أو تقولى لها: (ربما ما أقدمت عليه من فعل كذا هو من وجهة نظرى ينقصه أن تفكرى فى نقاط أخرى هي...)، المهم أن تشعرىها أن أفكارها ومشاعرها وعقلها وتصرفاتها محل تقدير واحترام منك، ولكنها تحتاج لبعض التعديل، وهذا هو الفرق الجوهرى بين حوارها وحديثها مع صديقة فى مثل سنّها وحديثها مع أمّها.. فالصديقة ربما توافق الابنة بل وتشجعها على التصرفات والسلوكيات الخاطئة، أما الأم فلا.

- وقبل كل ذلك ومعه لا بد أن تطلعى وتقرئى عن طبيعة هذه المرحلة وأهم سماتها؛ حتى تستطيعى أن تفهمى كيف تفكر ابنتك وكيف تشعر وذلك من خلال أى كتاب فى علم نفس النمو.

- ابدئي في الاهتمام بها كأنثى؛ فتخرجان سوياً لاختيار الملابس التي تحبها، وكذلك الحلوى، وكل ما يتعلق بالأمور التي تهتم بها الفتيات في مثل هذه السن دون إخلال بدين أو قيم.

أرجو أن تبدئي هذه الخطوات في أسرع وقت ممكن، ولكن عليك بالصبر في أثناء تناولك وعلاجك للمشكلة التي ستجد طريقها إلى الحل قريباً إن شاء الله.

قائمة المراجع

- ابتسام عبد الوهاب، وكوثر كوجك وآخرون: "أساليب متابعة المشرفات لنمو ورعاية الأطفال من سن ٤-٦ سنوات"، القاهرة: يونيسف، ١٩٩٠.
- إبراهيم عباس الزهيرى: "تربية المعاقين والموهوبين ونظم تعليمهم"، دار الفكر العربى، القاهرة، ٢٠٠٣.
- إبراهيم عصمت مطاوع: "استراتيجية طفل ما قبل المدرسة"، المؤتمر الأول لتطوير برامج إعداد معلمات دور الحضانة ورياض الأطفال، القاهرة، المجلس القومى للطفولة والأمومة.
- أبو الفتوح حامد عودة وكاميليا عبدالفتاح: "الببليوجرافيا الشاملة للطفولة فى ربع قرن حتى ١٩٨١"، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٨٦.
- أحمد إسماعيل حجى: "إدارة بيئة التعليم والتعلم.. النظرية والممارسة فى الفصل والمدرسة"، دار الفكر العربى، القاهرة، ٢٠٠٠.
- إديل فابر وآخرون: "كيف تتحدث فبصغى الصغار إليك وتصغى إليهم عندما يتحدثون"، ترجمة فاطمة عصام صبرى، الرياض، مكتبة العبيكان، ٢٠٠١.
- أرنولد جيزل وآخرون: "الطفل من الخامسة إلى العاشرة"، ترجمة عبد العزيز توفيق جاويد، القاهرة، ١٩٩٧.
- أسماء بدير محمد: "منهج السنة النبوية فى تربية الإنسان وقاية وعلاجاً"، ط٣، المنصورة، مكتبة الدعوة الإسلامية، ١٩٩٣.
- أميمة منير جادو: "البرامج التربوية للطفل"، سلسلة إقرأ، العدد رقم ٥٤٧، القاهرة، دار المعارف.

- أنور زكى: "أولادنا كيف نربّيهم"، سلسلة كتب الأسرة، القاهرة: دار الثقافة، ١٩٨٨.
- إيمان صلاح الدين: "المسابقة القومية للطفل الموهوب"، مراجعة سميرة أبو الحسن، القاهرة: المركز القومى لثقافة الطفل، ١٩٩٢.
- ب. وود كومستاك: "طفلك ... أحدث الطرق للعناية به"، ترجمة شاكر خليل، بيروت: دار الشرق الأوسط، ١٩٨٤.
- باربرا كلاين: "تطور نمو الطفل منذ الولادة وحتى خمس سنوات"، ترجمة السيد يعقوب دحدل، القدس: هيئة الإغاثة الكوثوليكية، ١٩٩٠.
- بثينة الديب، وهبة نصار ومحمد نجيب: "التقرير الإحصائى السنوى لواقع الطفل فى الوطن العربى"، القاهرة: المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٩٢.
- بدر محمد ملك وآخرون: "السبق التربوى فى فكر الشافعى"، ط١، الكويت، مكتبة المنار، ١٩٨٩.
- بدر محمد ملك وآخرون: "مختصر كتاب تراثنا التربوى: ننتقل منه ولا ننغلق فيه"، ط١، الكويت، مكتبة الفلاح، ٢٠٠٣.
- برنار فوازو: "تمو الذكاء عند الأطفال"، ترجمة منير العصرة، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٧٦.
- بسيونى السيد سليم: "تطور النمو اللغوى عند طفل ما قبل المدرسة من الثالثة حتى نهاية الخامسة وعلاقته ببعض المتغيرات الأسرية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٩٨٨.
- بنيلوبى ليتش: "دليل الوالدين من الألف إلى الياء لرعاية صحة الأبناء ونموهم وسعادتهم"، ترجمة مؤسسة الأبحاث اللغوية، نيقوسيا: مؤسسة الأبحاث اللغوية، ١٩٩٩.

- بياجيه: "علم التربية وسيكولوجية الطفل"، ترجمة عبد العلى الجسمانى، بيروت: الدار العربية للعلوم، ١٩٩٤.
- بيوتشكوييتى: "التربية الأخلاقية فى رياض الأطفال"، ترجمة فوزى محمد عيسى، القاهرة، دار الفكر العربى، ١٩٩٢.
- تودرى مرقص حنا: "أسئلة الأطفال وأبعادها التربوية (دراسة ميدانية)"، المؤتمر السنوى الثانى للطفل المصرى (تثنته ورعايته)، مركز دراسات الطفل، جامعة عين شمس، ١٩٨٩.
- ثريا محمد شادى: "الرسائل الجامعية المصرية فى مجال الطفولة ١٩٨١ - ١٩٩٠"، مراجعة زينب الفوانيسى، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٩٣.
- جابر عبد الحميد جابر وآخرون: "دراسة استطلاعية لنمو بعض المفاهيم لدى عينة من الأطفال القطريين وغير القطريين المنتظمين فى رياض الأطفال بالدوحة"، بحوث ودراسات فى الاتجاهات والميول النفسية، مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، ٢٠٠٢.
- جابر عبد الحميد جابر: "الذكاءات المتعددة والفهم: تنمية وتعميق"، القاهرة، دار الفكر العربى، ٢٠٠٣.
- جاكلىن صفير وجوليا جيلكس وآخرون: "تحديات ومبادرات فى تربية الطفولة المبكرة: تقرير عن أعمال ونتائج ورشة عمل الموارد العربية"، قبرص، نيقوسيا، ١٩٩٢.
- جان بياجيه: "اللغة والفكر عند الطفل"، ترجمة أحمد عزت راجح، ط١، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٥٤.

- جرترو دريسكول: "كيف نفهم سلوك الأطفال"، ترجمة رشدى فام منصور، القاهرة، دار النهضة المصرية، ٢٠٠٤.
- جمال الخطيب: "تعديل السلوك الإنسانى: دليل العاملين فى المجالات التربوية والنفسية والاجتماعية"، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ١٩٩٥.
- جون بلو ستاين: "هكذا يصبح الطفل قائداً.. فن رعاية الموهوبين"، ترجمة أميرة نبيل، مركز الخبرات المهنية للإدارة، القاهرة، ٢٠٠٥.
- جيوتان بيكون: "النمو النفسى للطفل وعلم النفس الذى يخصنا"، ترجمة طاهر مزروع، مراجعة عبد الوهاب محمد، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية، ١٩٨٢.
- حامد عبد الخالق: "خذى بيدى طفلك إلى الله"، المجلة العربية، عدد ١٨٣ سنة ١٦، اكتوبر ١٩٩٢.
- حامد عبد السلام زهران: "علم نفس الطفولة والمراهقة"، ط٥، عالم الكتب، القاهرة، ١٩٩٥.
- حسان شمسى باشا: "كيف تربي أبنائك فى هذا الزمان"، بيروت، دار القلم، ٢٠٠٢.
- حسن إبراهيم عبد العال: "أصول تربية الطفل فى الإسلام"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا، ١٩٨٠.
- حسن شحاته وفيوليت فؤاد إبراهيم وآخرون: "ثقافة الطفل: سلسلة بحوث ودراسات"، المجلد السادس، القاهرة: المركز القومى لثقافة الطفل، ١٩٩١.
- حسن شحاته: "أساسيات التدريس الفعال فى العالم العربى"، ط١، القاهرة، الدار اللبنانية، ١٩٩٣.

- حسن محمد حسان: "طفل ما قبل المدرس الابتدائية"، دراسات وبحوث تربوية، مكة المكرمة، مكتبة الطالب الجامعي، ١٩٨٦.
- حسن ملا عثمان: "الطفولة في الإسلام مكانتها وأسسها"، الرياض، دار المريخ، ١٩٨٢.
- حسين عبد الحميد أحمد: "الطفل.. دراسة في علم الاجتماع النفسي"، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، ١٩٩٢.
- حسين كامل بهاء الدين: "التعليم والمستقبل"، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ١٩٩٩.
- حفنى قدرى: "ضيف على الطفولة"، القاهرة: المركز القومى لثقافة الطفل، ١٩٩٢.
- حنان عطية الطورى الجهنى: "الدور التربوى للوالدين فى تنشئة الفتاة المسلمة"، مكتبة الملك فهد الوطنية، ٢٠٠١.
- خالد أحمد العامودى: "التلفزيون والأطفال إيجابية الاستخدام وسلبياته فى المجتمع السعودى"، مجلة رسالة الخليج العربى، العدد ٥٦، الرياض، مكتب التربية العربى لدول الخليج، ١٩٩٥.
- خالد عبدالرحمن العك: "تربية الأبناء والبنات فى ضوء القرآن والسنة"، بيروت، دار المعرفة، ٢٠٠٠.
- خديجة الشيخ وصالح الهندى: "دور الإدارة المدرسية فى تشجيع الإبداع والابتكار"، وزارة التربية، مركز البحوث التربوية والمناهج، الكويت، ١٩٩٧.
- خليل محسن: "الأمراض العصبية والنفسية عند الأطفال: أسبابها وطرق علاجها"، بيروت: دار الكتب العلمية، ١٩٨٨.

- دون فونتيد: "الأسلوب الأمثل في تربية المراهق"، الرياض، مكتبة جرير، ٢٠٠٢.
- رأفت محمد بشناق: "سيكولوجية الأطفال: دراسة في سلوك الأطفال واضطراباتهم النفسية"، بيروت، دار النفائس، ٢٠٠١.
- رسمية على خليل: "التوجيه الإسلامي للطفل الحزين من مولده وحتى سنتين من عمره"، المؤتمر العالمي الخامس للتربية الإسلامية، ج٣، مارس ١٩٨٧.
- رمزية الغريب: "التقويم والقياس النفسي"، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٨٥.
- روبرت ج. مايرز: "تحو بداية عادلة للأطفال: وضع برامج الرعاية والتطور للطفولة المبكرة في البلدان النامية"، ترجمة ورشة الموارد العربية، نيقوسيا: ورشة الموارد العربية، ١٩٩٥.
- رونالد لنغورث: "الطفل الطبيعي: بعض المشكلات في سنوات الطفولة المبكرة ومعالجتها"، ترجمة فتحية السعودي، عمان: دار المدى، مؤسسة عبد الحميد شومان، ١٩٩٥.
- ريتا مرهج: "أولادنا من الولادة حتى المراهقة"، بيروت، أكاديميا أنترناشيونال، ٢٠٠١.
- زكريا إبراهيم وآخرون: "الطفل العربي والمستقبل"، الكويت، دار الكتاب العربي، ١٩٨٩.
- زكريا الشربيني: "تمو المفاهيم العلمية للأطفال: برنامج مقترح لطفل ما قبل المدرسة"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٨.

- زكية إبراهيم أحمد كامل: "فعالية استخدام القصة الحركية على النمو الحركي واللغوي لطفل ما قبل المدرسة"، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد ٢٤، يناير ١٩٩٤.
- زكية حجازي: "معوقات النمو المتكامل للطفل في المرحلة الابتدائية"، القاهرة، الدار القومية للطباعة والنشر، سلسلة من الشرق والغرب، ١٩٩٦.
- زين محمد شحاته: "العلاقة بين المعتقدات الخاطئة لدى الآباء والتحصيل الديني لدى الأبناء في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي"، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، العدد ٢، المجلد ٦، يناير ١٩٩٢.
- زينب الفوانيسي وتوفيق الزمر: "ثقافة الطفل في مصر"، القاهرة، المركز القومي لثقافة الطفل، ١٩٩٢.
- زينب محمد فريد: "دراسات في التربية"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٢.
- سالم حسن على هيكال: "إجابات الراشدين المناسبة عن بعض أسئلة الأطفال الشائعة"، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد ١٨٤، ١٩٩٠.
- سامية أنور: "أفكار من أجل طفلك"، سلسلة كتب الأسرة، القاهرة، دار الثقافة، ١٩٩٠.
- سحر توفيق نسيم محمد: "فعالية استخدام الألعاب التعليمية في تنمية بعض المفاهيم الرياضية لدى أطفال ما قبل المدرسة الابتدائية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة، ١٩٩٧.
- سرجيو سبيني: "التربية اللغوية للطفل"، ترجمة فوزية محمد عبد الحميد عيسى وعبد الفتاح حسن عبد الفتاح، دار الفكر العربي، ١٩٩١.

- سعد مرسى أحمد وكوثر حسين كوجك: "تربية طفل قبل المدرسة"، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠٠١.
- سعدية محمد على بهادر: "المرجع فى برامج تربية طفل ما قبل المدرسة"، ط٢، القاهرة، مطبعة المدنى، ١٩٩٤.
- سعدية محمد على بهادر: "من علم نفس النمو"، الكويت، دار البحوث العلمية، ١٩٧٧.
- سعيد إسماعيل على: "أصول التربية الإسلامية"، القاهرة، دار الثقافة، ١٩٧٨.
- سميحة غريب: "كيف تربى طفلاً سليم العقيدة؟"، الإسكندرية، دار الدعوة، ٢٠٠٣.
- سمير سالم الميلادى وحنان مدحت سراج الدين: "حلقة دراسية عن رياض الاطفال فى الوطن العربى بين الواقع والمستقبل"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٩٩.
- سمير سالم الميلادى وحنان مدحت سراج الدين: "رياض الأطفال فى الوطن العربى بين الواقع والمستقبل"، القاهرة، (٣-٦ يوليو) المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٩.
- سمير سالم الميلادى: "واقع الطفل فى الوطن العربى"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٩٠.
- سهير حبيب: "كيف نعلم الأطفال عن الجنس"، القاهرة، دار الثقافة، ١٩٨٩.
- سوزان ايزكس: "الحضانة .. نفسية الطفل فى السنوات الخمس الأولى"، ترجمة سمية أحمد فهمى، مطبعة لجنة التأليف والترجمة والنشر، ١٩٩٦.

- السيد دسوقي عبد الله: "المستوى التعليمى للأم وعلاقته بالنمو اللفظى للطفل"، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، ١٩٨٥.
- سيد صبحى: "المراهقة العدوانية"، موسوعة سفير لتربية الأبناء، دار سفير للنشر والتوزيع، ١٩٩٨.
- سيدة حامد عبد العال: "تقييم القصة المقدمة لطفل ما قبل المدرسة"، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، ١٩٨٥.
- شمس الدين فرحات الفقى: "تربية الأبناء.. قواعد وفنون"، دار الجامعة الجديدة، الإسكندرية، ٢٠٠٧.
- صادق أنطونيوس بقطر: "طفلك فى مرحلة الحضانة من سنة إلى ٦ سنوات"، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ٢٠٠٥.
- طلعت ذكرى مينا: "التنشئة الأسرية وأثرها فى حياة الأطفال"، القاهرة، مكتبة المحبة، ١٩٩٩.
- عادل عازر وناهد رمزى: "عمالة الأطفال فى مصر: تقرير موجز"، القاهرة، المركز القومى للبحوث الاجتماعية والجناية، ١٩٩١.
- عادل عازر: "تدوّن عن عمالة الأطفال فى مصر: التقرير العام"، القاهرة، يونيسف، ١٩٨٦.
- عادل عبدالله محمد: "النمو العقلى للطفل"، القاهرة، الدار الشرقية، ١٩٩٠.
- عادل قورة ومحمد جمال الدين حامد: "تشريعات الطفولة فى مصر: دراسة أعدت لمنظمة اليونيسف"، القاهرة، يونيسف، ١٩٩٠.

- عاطف عدلى العبد وعبد التواب يوسف: "الطفل العربى ووسائل الاعلام وأجهزة الثقافة (دراسة ميدانية): نحو مستقبل ثقافى أفضل للطفل العربى"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٨.
- عبد الرحمن النحلاوى: "أصول التربية الإسلامية وأساليبها فى البيت والمدرسة والمجتمع"، بيروت، لبنان، مركز الكتاب، دار الفكر المعاصر، ١٩٨٧.
- عبد الرحمن النحلاوى: "من أساليب التربية بالقرآن التربية بالآيات"، رسالة الخليج العربى، مكتب التربية العربى لدول الخليج، العدد ٣٢، السنة ١٠، ٢٠٠٠.
- عبد الرحمن عيسوى: "النمو الروحى والخلقى مع دراسة تجريبية مقارنة"، الإسكندرية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٨٠.
- عبد الستار إبراهيم وعبدالعزیز عبدالله ورضوى إبراهيم: "العلاج السلوكى للطفل: أساليبه ونماذج من حالاته"، الكويت، المجلس الوطنى للثقافة والفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة، العدد ١٨٠، ١٩٩٣.
- عبد العزيز الشنتاوى: "واقع رياض الأطفال فى الوطن العربى"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٩.
- عبد العليم محمود الشهاوى: "دور القصة فى تحقيق أهداف تربية طفل ما قبل المدرسة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا، ١٩٨٨.
- عبد الغنى عبود وحسن إبراهيم عبد العال: "التربية الإسلامية وتحديات العصر"، ط١، القاهرة، دار الفكر العربى، ١٩٩٠.

- عبد المجيد عبد التواب شيحة: "نظرية النمو المعرفى عند جان بياجيه مفاهيمها الأساسية ومفاهيمها التربوية"، مجلة كلية التربية، جامعة المنوفية، العدد ٢، ١٩٨٧.
- عبد المجيد نشواتى وآخرون: "علم النفس التربوى"، ط١، وزارة التربية والتعليم وشئون الشباب فى سلطنة عمان، مسقط، ١٩٨٤.
- عبد المنعم عبد العزيز المليجى: "تطور الشعور السدىنى عند الطفل والمراهق"، القاهرة، دار المعارف، ١٩٥٥.
- عبد الناصر سلامة الشبراوى: "المضامين القيمية فى قصص أطفال ما قبل المدرسة: دراسة تحليلية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنيا ١٩٩٢.
- عبدالرحمن العيسوى: "إضطرابات الطفولة والمراهقة وعلاجها"، بيروت، دار الراتب الجامعية، ٢٠٠٠.
- عبدالرحمن توفيق: "الاستثمار البشرى"، القاهرة، مركز الخبرات المهنية للإدارة (بمبك)، ٢٠٠٥.
- عبدالفتاح أبو معالى: "أثر وسائل الإعلام على الطفل"، عمان، دار الشروق، ١٩٩٠.
- عبدالله عبدالرحمن الكندرى وآخرون: "دليل المعلمين وطلاب التربية العملية (فى تخصصات متعددة)"، الكويت، مكتبة الطالب الجامعى، ٢٠٠١.
- عبدالله عبدالرحمن الكندرى وآخرون: "مشكلات تدريسية وتربوية"، الكويت، ذات السلاسل، ٢٠٠٢.
- عبدالله محمد عبدالمعطى: "كيف تكون أبا ناجحا: حلقات تربوية هادفة"، ط١، القاهرة، دار التوزيع والنشر الإسلامية، ٢٠٠٣.

- عدلى عزازى إبراهيم جلهوم: "المفاهيم الدينية اللازمة لتلاميذ التعليم العام فى مصر"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنوفية، ١٩٨٦.
- عدنان عارف مصلح: "التربية فى رياض الأطفال"، عمان، الأردن، دار الفكر للنشر والتوزيع، ١٩٩٠.
- عزيز يوسف: "المرشد التربوى لمعلمة رياض الأطفال فى التعبير الفنى"، الإسكندرية: المكتب العلمى للكمبيوتر والنشر والتوزيع، ١٩٩٥.
- عزيزة عبدالواحد: "الحاسب الأول للطفل"، القاهرة، المركز العربى للنشر والتوزيع، ١٩٩١.
- عزيزة عبدالواحد: "قاموس الطفل الأول"، القاهرة، المركز العربى للنشر والتوزيع، ١٩٩١.
- عزيزة محمد أحمد الشيبانى: "أثر رياض الأطفال على التكيف الاجتماعى المدرسى"، ليبيا، مصراتة، الدار الجماهيرية للنشر والتوزيع، ١٩٩٢.
- عفاف أحمد عويس: "التعامل مع الأطفال علم.. فن.. موهبة"، ط١، القاهرة، مكتبة الزهراء، ١٩٩٤.
- عفاف أحمد عويس: "ثقافة الطفل بين الواقع والطموحات"، ط٢، القاهرة، مكتبة الزهراء، ١٩٩٢.
- عفاف فؤاد ومدحت أبو النصر: "برنامج التدريب أثناء العمل لمعلمات دور الحضانة ورياض الأطفال"، القاهرة، المجلس القومى للطفولة والأمومة، ١٩٩٩.
- على أحمد مذكور: "منهج التربية أساسياته ومكوناته"، القاهرة، الدار الفنية للنشر والتوزيع، ١٩٩٩.

- عواطف إبراهيم محمد: "الإحساس الدينى عند الأطفال"، دار المطبوعات الحديثة، ٢٠٠١.
- عواطف إبراهيم محمد: "الثقافة الصحية فى برامج دور الحضانه ورياض الأطفال من ٤-٦ سنوات"، القاهرة، هيئة الإغاثة الكاثوليكية، ١٩٩٠.
- عواطف إبراهيم محمد: "الطرق الخاصة باستثمار القصص المصورة فى تعليم طفل ما قبل المدرسة"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٩.
- عواطف إبراهيم محمد: "الطرق الخاصة بتعلم الطفل مهارات الرسم والكتابة"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٩.
- عواطف إبراهيم محمد: "المفاهيم العلمية والطرق الخاصة برياض الأطفال"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ٢٠٠٠.
- عواطف إبراهيم محمد: "تربية الطفل فى مصر والخارج"، طنطا، مكتبة سماح، ١٩٩٩.
- عواطف إبراهيم محمد: "تعلم الطفل فى دور الحضانه بين النظرية والتطبيق"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٣.
- عواطف إبراهيم محمد: "طرق تعليم الطفل مهارات القراءة والكتابة من ٤-٦ سنوات"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٠.
- عواطف إبراهيم محمد: "مفاهيم التعبير والتواصل فى مسرح الطفل"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٠.
- عواطف إبراهيم محمد: "تمو المفاهيم العلمية والطرق الخاصة برياض الأطفال"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٩.

- غانم بيبي: "اتفاقية حقوق الطفل في العالم العربي ... الواقع والحاجات والتحديات"، تقرير عن ورشة عمل إقليمية، قبرص، نيقوسيا، ورشة الموارد العربية، ١٩٩٤.
- فؤاد أبو حطب وآمال صادق: "علم النفس التربوي"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٧.
- فؤاد البهي السيد: "الأسس النفسية للنمو"، ط٤، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥.
- فاطمة محمد السيد: "الاتجاهات التربوية المعاصرة لتطوير تربية طفل ما قبل المدرسة الابتدائية"، المؤتمر السنوي الثاني للطفل المصري، مركز دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، ١٩٩٩.
- فايز قنطار: "تمو العلاقة بين الطفل والأم"، الكويت، المجلس الوطني للفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة، ١٩٩٣.
- فتحية حسن: "تربية الطفل بين الحاضر والماضي"، القاهرة، دار الشروق، ١٩٩٩.
- فريد أنطون ومجدى حلمي وآخرون: "تنمية الطفل"، القاهرة، اللجنة المسكونية للثقافة الصحية، ١٩٩٢.
- فوزية دياب: "تمو الطفل وتنشئته بين الأسرة ودور الحضانة"، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٨٠.
- فيلس شو: "كيف تتغلب على الخجل"، بيروت، دار الرشيد، ١٩٩٥.
- قدرى حنفى وسعدية محمد بهادر وآخرون: "أساليب متابعة المشرفات لنمو ورعاية الأطفال الرضع خلال العامين الأولين"، القاهرة، اليونيسف، ١٩٨٩.

- قدرى محمد أحمد: "قواعد وفنون التعامل مع الأطفال"، لبنان، دار ابن حزم للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٩.
- كارين ايدنهايمر، وكلاسييتينا فالهند: "لا تطور بدون لعب، دليل للأهل والعاملات مع الأطفال من الولادة وحتى ١٠ سنوات"، ترجمة عفيف الرزاز وغانم بيبي، نيقوسيا، ورشة الموارد العربية، ١٩٩٥.
- كريستين نصار: "عد يا أبى: إمكانيات تعويض الغياب الأبوى"، طرابلس، جروس برس، ١٩٩٣.
- كريستين نصار: "عد يا أبى: مشاكل يطرحها غياب الأب عن الأسرة"، طرابلس، جروس برس، ١٩٩٣.
- كريستين نصار: "مواقف الأسرة العربية من اضطراب الطفل: دراسة سيكولوجية تتناول الطفولة بشكل عام"، بيروت، جروس برس، ١٩٩٣.
- كريستين نصار: "موقف الطفل العربى من والديه كثنائى يجمعهما معا: دراسة سيكولوجية تتناول الطفولة بشكل عام"، بيروت، جروس برس، ١٩٩٣.
- كريستين نصار: "واقع الحرب وانعكاساتها على الطفل"، بيروت، جروس برس، ١٩٩٣.
- كريمان بدير: "دراسات وبحوث فى الطفولة المصرية"، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٩٥.
- كريمان بدير: "رعاية الطفل من الجنين حتى عامين"، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠٠٤.
- كلير فهم: "المدرسة والأسرة والصحة النفسية لأبنائنا"، القاهرة، دار الهلال، ١٩٨٣.

- كوستى بندلي: "الغيرة الأخوية وتفهم الوالدين"، لبنان، جروس برس، ١٩٩٤.
- لجنة من علماء الأزهر: "المنهج الإسلامى فى رعاية الطفولة"، القاهرة، مكتبة الأنجلو، ١٩٩٥.
- لوسى يعقوب: "الطفل والمجتمع"، القاهرة، مكتبة المحبة، ١٩٩٨.
- ليلى محرم الدين: "الحصيلة اللغوية المنطوقة لطفل ما قبل المدرسة من عام إلى ستة أعوام"، القاهرة، دار النهضة المصرية.
- ماجدة إبراهيم أحمد السيد: "أساليب معاملة الآباء والمعلمات لطفل الحضنة وعلاقتها باتجاهاته نحو التعلم"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة، ١٩٨٤.
- المجلس العربى للطفولة والتنمية: "دراسة تحليلية عن واقع رياض الأطفال فى الوطن العربى"، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٩.
- المجلس العربى للطفولة والتنمية: "رياض الأطفال فى الوطن العربى بين الواقع والمستقبل" القاهرة (٣-٦) يوليو ١٩٨٩.
- المجلس العربى للطفولة والتنمية: "مواجهة آثار حرب الخليج على الطفل العربى فى خطوط المواجهة: ندوة علمية"، القاهرة ٢-٣ مارس ١٩٩١، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٩١.
- مجموعة من الأطباء: "أنت ومتاعب طفلك من المهد حتى الفطام"، الكتاب الطبى، القاهرة، مؤسسة دار الهلال، ١٩٨٥.
- مجموعة من المهتمين بصحة الطفل: "حوادث الأطفال: حلقة تدريبية للعاملين فى التنمية الصحية"، القاهرة، اللجنة المسكونية للثقافة الصحية، ١٩٩٢.

- محروس سيد مرسى: "الهدف التربوى فى القصة القرآنية"، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، العدد ٦، مجلد ١، يناير ١٩٩٠.
- محمد إبراهيم السفاسفة: "أساسيات فى الإرشاد والتوجيه النفسى والتربوى"، الكويت، مكتبة الفلاح، ٢٠٠٣.
- محمد إبراهيم الغراب ومحمد إيهاب حجازى وآخرون: "دليل إرشادى لمشرفات دور الحضانة عن التثقيف الغذائى والصحة لطفل ما قبل المدرسة ٤-٦ سنوات"، القاهرة، هيئة الإغاثة الكاثوليكية، ١٩٨٩.
- محمد أحمد النابلسى: "ذكاء الجنين"، بيروت، دار النهضة العربية، ١٩٨٨.
- محمد أحمد النابلسى: "ذكاء الرضيع"، بيروت، دار النهضة العربية، ١٩٩٠.
- محمد أحمد حمدون: "الأدب والطفل"، رسالة الخليج العربى، العدد ٢١، السنة ٧، الرياض، السعودية، مكتب التربية العربى لدول الخليج، ١٩٨٧.
- محمد السيد محمد الزعبلوى: "تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس"، الرياض، مكتبة التوبة، ١٩٩٨.
- محمد حسن الألفى: "طفل سوبر.. نحو طفولة عربية أفضل"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٩.
- محمد رياض عزيز: "دراسة نفسية لأسئلة الأطفال"، مجلة البحث فى التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، ١٩٨٨.
- محمد رياض عزيز: "دراسة نفسية للمفاهيم الدينية عند الأطفال"، مجلة البحث فى التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، ١٩٨٨.
- محمد سعيد رمضان البوطى: "منهج تربوى فريد فى القرآن"، الإسكندرية، المكتب الجامعى الحديث، ٢٠٠٢.

- محمد سعيد مرسى: "فن تربية الأولاد فى الإسلام"، القاهرة، دار التوزيع والنشر الإسلامية، ٢٠٠١.
- محمد شكرى وزير: "الوعى الدينى عند الأطفال وعلاقته ببعض متغيرات التنشئة الاجتماعية"، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد ٥٩، ديسمبر ١٩٩٦.
- محمد عباس خضير، سمير سالم الميلادى: "واقع الطفل فى الوطن العربى"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٩.
- محمد عبدالظاهر الطيب: "مشكلات الأبناء وعلاجها من الجنين إلى المراهقة"، القاهرة، دار المعرفة الجامعية، ١٩٨٩.
- محمد عطية الإبراشى: "الطفولة صانعة المستقبل"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٣.
- محمد على قطب: "أولادنا فى ضوء التربية الإسلامية"، القاهرة، مكتبة القرآن، ١٩٩٣.
- محمد عماد إسماعيل وآخرون: "كيف نربى أطفالنا .. التنشئة الاجتماعية للطفل فى الأسرة العربية"، القاهرة، دار النهضة العربية، ٢٠٠١.
- محمد عماد إسماعيل: "الأطفال مرآة المجتمع"، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، ٢٠٠٥.
- محمد عماد إسماعيل: "دليل الوالدين إلى تنشئة الطفل"، ط١، الكويت، دار القلم، ٢٠٠٤.
- محمد عماد زكى: "تحضير الطفل العربى لعام ٢٠٠٠"، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٩٠.

- محمد كامل عبد الصمد: "مرشد مشرفات الحضاة ورياض الأطفال فى العقيدة والسلوكيات الإسلامية"، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية، ١٩٩٣.
- محمد كامل عبد الصمد: "طفلك الصغير هل هو مشكلة؟"، مصر، دار الوفاء للنشر والتوزيع، ١٩٩٨.
- محمد نورين سويد: "منهج التربية النبوية للطفل مع نماذج تطبيقية من حياة السلف الصالح"، مصر، المنصورة، دار الوفاء للطباعة والنشر، ١٩٩٣.
- محمود طنطاوى دنيا: "أصول التربية"، الكويت، وكالة المطبوعات، ١٩٩٦.
- محمود عباس خضير وسمير سالم الميلادى: "واقع الطفل فى الوطن العربى"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٩.
- محى الدين أحمد حسين: "التنشئة الأسرية والأبناء الصغار"، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٨٧.
- مرسى سعد الدين وشوقى حسن: "طفولة متجددة"، القاهرة، المركز القومى لثقافة الطفل، ١٩٩٢.
- مصطفى المسلمانى: "رعاية الطفولة خلال مراحل النمو والتطور"، الإسكندرية، المكتب الجامعى الحديث، ١٩٨٣.
- مصطفى عبيد: "التربية الفنية لأطفال الحضاة"، الإسكندرية، المكتب العلمى للكمبيوتر والنشر والتوزيع، ١٩٩٥.
- مصطفى عبرى: "تأديب الأطفال فى الوسط العائلى: الواقع والاتجاهات"، مجلة الطفولة العربية، سبتمبر ٢٠٠٣، المجلد الرابع، العدد السادس، الكويت، مؤسسة الكويت للتقدم العلمى، ٢٠٠٣.

- معهد صحة الطفل بجامعة لندن: "من طفل إلى طفل: برنامج لتشجيع الأطفال الكبار على رعاية الصغار والاهتمام بصحتهم"، ترجمة مَيَّ حداد، بيروت، مؤسسة الأبحاث العربية، ١٩٨٣.
- منير المرسى سرحان: "فى اجتماعات التربية"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٦.
- موريس كينغ وآخرون: "الرعاية الأولية للطفل"، ترجمة مؤسسة الأبحاث اللغوية، مراجعة زهير فتح الله، نيقوسيا: دلمون للنشر، ١٩٨٤.
- نايفة قطامى وعالية الرفاعى: "تمو الطفل ورعايته"، عمان، دار الشروق، ١٩٨٩.
- نايفة قطامى ومحمد برهوم: "طرق دراسة الطفل"، عمان، دار الشروق، ١٩٨٩.
- نبيلة حمدى: "أعانى من ضغط نفسى هل سيؤثر ذلك على جنينى؟" مجلة الأم والطفل، مايو-يونيو ٢٠٠٤.
- نبيه إبراهيم إسماعيل: "الصحة النفسية للطفل فى ضوء الأثر الإيجابى للحاجات الأساسية للنمو والتغيرات الحياتية"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٩.
- نتيلة راشد: "مسيرة ثقافة الطفل العربى: دراسة توثيقية حول جهود خبراء ثقافة الأطفال وتوصياتهم"، القاهرة، المجلس العربى للطفولة والتنمية، ١٩٨٨.
- هدى بدران وفتحي شيبه الحمد وكاميليا محمد شكرى: "مشروع التنمية الشاملة والرعاية المتكاملة لطفل القرية"، القاهرة، المجلس القومى للطفولة والأمومة، ١٩٩٢.

- هدى بركات وكوثر كوجك وآخرون: "أساليب متابعة المشرفات لنمو ورعاية الأطفال من سن ٢-٤ سنوات"، القاهرة، اليونيسف، ١٩٩٠.
- هدى محمد قناوى: "الطفل .. تنشئته وحاجاته"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٨.
- هويدة حنفى محمود: "أثر الالتحاق بدور الحضانة على التحصيل الدراسى والسلوك الاجتماعى لتلاميذ المرحلة الابتدائية"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، ١٩٨٥.
- وزارة الشؤون الاجتماعية: "بحوث وتوصيات ندوة دور الأم فى تنشئة الطفل"، القاهرة، مؤسسة دار الشعب، ١٩٩٨.
- يسرية صادق وزكريا الشربينى: "تصميم البرنامج التربوى للطفل فى مرحلة ما قبل المدرسة"، سلسلة دراسات الطفولة، القاهرة، دار الفكر الجامعى، ١٩٨٧.
- يوسف عبدالمعطى: "تربية المسلم فى عالم معاصر"، ط٢، الكويت، الصندوق الوقفى للثقافة والفكر، ١٩٩٨.
- يوسف قطامى: "تفكير الأطفال: تطوره وطرق تعليمه"، عمان، الأهلية للنشر والتوزيع، ١٩٩٠.
- اليونيسف: "الاستراتيجيات المتعلقة بالطفل فى التسعينات"، نيويورك: اليونيسف، ١٩٨٩.
- اليونيسف: "الطفل العربى ... من أجل مستقبل مشرق"، القاهرة : اليونيسف، ١٩٩٣.
- اليونيسف: "المؤتمر القومى حول مشروع اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل"، الإسكندرية، ٢١-٢٣ نوفمبر ١٩٨٨، القاهرة، اليونيسف، ١٩٨٩.